EDIÇÃO Nº 316

FOLHA DE PIRACICABA

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 04 de agosto 2024 | www.folhadepiracicaba.com.br

Descoberta: gorduras e proteínas podem liberar mais insulina que carboidratos

Foto: Banco de Imagem

Pág. 03

Descobertas recentes mostram que a secreção de insulina pode ser mais complexa e individualizada do que se acreditava anteriormente. Pela primeira vez, pesquisadores identificaram subconjuntos de ilhotas pancreáticas que exibem maiores respostas de insulina a proteínas ou gorduras do que a carboidratos

A ingestão de carboidratos há muito tempo é conhecida por alterar os níveis de glicemia, resultando na liberação de insulina pelas células pancreáticas mais do que outros nutrientes. No entanto, novas pesquisas sugerem que os indivíduos podem exibir respostas únicas de insulina a diferentes macronutrientes, com alguns mostrando reações maiores a proteínas ou gorduras.

Cidade Pág. 06

Estudo associa vacina de tétano a menor risco de Parkinson

Foto: Banco de Imagem

Pesquisadores sugerem que a toxina da bactéria causadora do tétano poderia levar a neurodegeneração; mas resultados da pesquisa ainda são muito preliminares

Cultura Pág. 30

REVISTA Us

4 de agosto de 2024

Patricia Ribeiro exalta Elis Regina no palco do Teatro do Engenho

Tiago Rocheto

Piracicaba Cultural

Agenda completa nos 257 anos da cidade. Tudo de graça!

Gastronomia — Pizzas saudáveis para fazer em casa

Saúde — Os piores gatilhos da rinite alérgica e como preveni-los

Decor — Como decorar a casa com obras de óleo sobre tela

Filhos — Como reconhecer a ansiedade na infância

Cidade Pág. 09

Medicamentos para depressão: uso pode influenciar problemas sexuais e ganho de peso

Cidade Pág. 12

Dedini contribui para o crescimento sustentável da cidade

Cidade Pág. 16

IHGP chega aos seus 57 anos

Cidade Pág. 08

Usada para perda de peso, tirzepatida reduz apneia do sono

Foto:Banco de Imagem

Marcelo Bechara, clínico geral e especialista em emagrecimento, revela que descoberta pode ser revolucionária no tratamento da doença

Cultura Pág. 23

O pioneirismo da Rádio Difusora de Piracicaba

Artigo

Jonh Galt de Ayan Rand de 1957, para o Brasil de 2024

Ayan Rand, autora do premiado romance "A revolta de Atlas", século XX, mostra que o ideal ético para a humanidade é cultivar: objetivismo, coragem e liberdade individual, bem como uma política liberal. O ponto alto do romance é o discurso do libertário John Galt, com crítica ao socialismo autoritário que manipula o povo a ser submisso. No site: Objetivismo Brasil, resumo de seu discurso épico:

"Senhoras e Senhores, o Sr.Thompson não falará com vocês esta noite. O tempo dele acabou. Por anos, vocês se perguntaram: quem é John Galt? Vocês fizeram essa pergunta em desespero e resignação, enquanto fábricas fechavam, bens ficavam escassos e empregos desapareciam. Suas vidas estão ficando mais difíceis à medida que a força vital de seu mundo desaparece. Vocês fizeram essa pergunta sem esperar uma resposta. Estou aqui para respondê-la.

Aqui fala John Galt. O Sr. Thompson não fala a verdade sobre a crise de seu mundo. Eu falo! Vocês já repararam que tudo ao seu redor parece piorar? E o poder, e promessas do atual governante. Nenhum dos seus planos ou diretrizes resolveu os problemas, ou tornou a sua vida melhor. O único resultado tem sido maior controle deles sobre você à custa de sua liberdade. Vocês sabem por quê? Vocês lhe deram o poder, eles pediram o seu sacrifício e vocês consideraram algo nobre. Eles disseram que, se vocês trabalhassem só para si e para a sua família, seriam egoístas e insensíveis.

E eles fizeram vocês sentirem-se envergonhados. Eles denunciaram os líderes da indústria como exploradores gananciosos, como os Ellis Wyatt e os Hank Rearden. E, novamente, vocês perguntaram: por que esses industriais e outros desapareceram? Eu os tirei de vocês. Suas conquistas fluíram de suas mentes criativas. Tão logo entenderam que a tentativa de controlar o seu trabalho, na verdade, era uma tentativa de controlar as suas mentes, eles partiram.

Essas pessoas trabalhavam para si mesmas pela sua própria visão do que era possível. Quando eles reconheceram a honra que mereciam, rebelaram-se contra a culpa que vocês queriam que eles sentissem pelo sucesso. Vocês contavam que eles continuassem a produzir, continuassem pensando, mesmo denunciados como egoístas. Mostrei a eles que estavam sendo punidos por suas próprias virtudes e os mostrei, e eu mostrei a eles qual maligno era o ruim. E assumi como missão ajudar esses heróis a dizer 'NÃO' ao domínio do governo.

"Todo que o mal precisa obter para vencer é o consentimento de pessoas boas"

Todo que o mal precisa obter para vencer é o consentimento de pessoas boas. Eles se juntaram a mim para produzir livremente, comercializar, cooperar e competir em um lugar onde os direitos de todos são protegidos. Não tentem nos encontrar; não tentem negociar a compra para o nosso retorno. Saiam do nosso caminho.

Todos os que me ouvem agora têm uma escolha a fazer. Se decidirem apoiar a nação de que o sacrifício importa pelo Estado, o jogo acabou. Seu mundo está em decadência, e vocês estão levando a destruição.

Mas se compartilharem os valores de nossa manifestação; se acreditarem que sua vida é o bem sagrado, do qual devem desfrutar ao máximo; se quiserem viver pelo julgamento de sua própria consciência, e não por ordem do estado, então sigam a nossa liderança. Não apoie os seus próprios opressores. Pare de permitir que o sistema o explore, forme suas próprias comunidades nas fronteiras de seu mundo decadente. Seus governantes contam com sua servidão e com sua generosidade para carregar os fardos que eles lhes impõem, e, ao ouvir gritos de desespero, calar-se para não compreender a opressão.

O mundo em que você está vivendo é o mundo que eles querem. Deixe-o para eles, aqueles que já o deixaram, estão ansiosos para construir um mundo melhor, um mundo de liberdade e oportunidade, um mundo baseado em respeito mútuo.

Nesse mundo, você levantará de manhã com o ânimo que tinha quando criança, o ânimo de vontade e aventura, e a confiança de que o mundo é o que é e está ali para ser descoberto. Nesse mundo, você não receberá nem esmola, nem piedade, nem perdão para um pecado que não cometeu, mas honra, respeito e justiça. Não deixe a chama se apagar, centelha por centelha em confusão e desespero.

Esteja certo de seu caminho. O mundo que você deseja pode ser obtido. Ele existe, ele é real, ele é possível. Ele é seu."

Idico Luiz Pellegrinotti - Professor universitário

Artigo

Educação continua sendo pauta prioritária

Nesta última quinta-feira, 1 de agosto, minha querida cidade de Piracicaba completou 257 anos de existência, tornando-se uma das mais prósperas e importantes do estado de São Paulo e polo de uma região metropolitana com 24 municípios.

É com grande orgulho, como cidadã piracicabana, nascida no distrito de Artemis, que faço esse registro e cumprimento todo o nosso povo pela passagem de mais esse aniversário, que tem para mim um significado especial, na medida em que me encontra na situação de pré-candidata a prefeita.

Motiva-me a vontade de realizar muitas coisas pela nossa cidade, que não resultam apenas de minha própria percepção como cidadã piracicabana, mas que emergem da escuta que tenho realizado nos bairros, nas comunidades, associações, sindicatos, movimentos, entidades empresariais, junto aos trabalhadores do campo, enfim, junto aos mais variados segmentos do nosso município. Em breve divulgarei todas essas ideias e propostas para que todos possam delas tomar conhecimento.

No momento em que escrevo esse texto, encerrou-se o recesso parlamentar de julho na Assembleia Legislativa. Como deputada estadual, lá estarei para retomar o trabalho que venho realizando desde 2019 em prol da nossa Piracicaba, da nossa região, e também por demandas e reivindicações de todo o Estado de São Paulo, sobretudo no que se refere ao desenvolvimento regional, aos direitos dos segmentos sociais oprimidos (mulheres, negros, LGBT, sem-terra, juventude e outros), aos serviços públicos e aos direitos do funcionalismo.

"A juventude é inquieta e os problemas de indisciplina não se resolvem por meio da repressão e sim com projeto pedagógico"

Neste espectro, como todos e todas sabem, a educação é um dos focos principais de minha atuação, porque essa é a causa da minha vida, como professora que sou, antes de qualquer outra coisa. E a educação no Estado de São Paulo tem sido alvo de muitos e graves ataques. Entre tantos, a PEC 9/2024 institui o confisco de verbas que ameaça tirar R$ 10 bilhões da educação pública estadual. Para impedir, professores, professoras, estudantes, integrantes de movimentos sociais se mobilizam semanalmente por ocasião das reuniões da Comissão de Constituição, Justiça e Redação. Se o governo insistir em pautar a PEC 9, lá estarão mobilizados todos os segmentos que defendem a escola pública estadual.

Outro ataque violento são as escolas cívico-militares, que estamos denominando de escolas-quartel, porque é disso que se trata. Sem consultar a comunidade, gestores decidiram colocar nessa lista 302 escolas estaduais. Até mesmo uma escola denominada Wladimir Herzog, jornalista assassinado pela ditadura militar, constava nessa lista. Após pressão da comunidade e ampla repercussão social, foi retirada.

Em todas as regiões, as comunidades escolares se mobilizam para votar "não" na consulta popular que está sendo realizada até o dia 15 de agosto. E votam não porque escola não é lugar para militarismo, para presença de policiais, para disciplina de quartel. Escola é lugar de conhecimento, diálogo, diversidade, pluralidade de ideias e concepções pedagógicas, liberdade de ensinar e aprender, como determina a Constituição Federal. Enfim, é lugar de construção dos sonhos e do futuro da nossa juventude, que não deve mais uma vez criminalizada dentro das escolas. A juventude é inquieta e os problemas de indisciplina não se resolvem por meio da repressão e sim com projeto pedagógico que possa envolver os jovens de forma prazerosa e educativa.

Por isso, nós, da oposição ao governo Tarcísio de Freitas, assim como a APEOESP, fomos à justiça para barrar esse projeto que é inconstitucional, de acordo com pareceres do Ministério Público, da Advocacia Geral da União, da Defensoria Pública, além do fato de ter sido aprovado sob a violência da tropa de choque da PM dentro da ALESP.

Não aceitamos também que a educação pública estadual seja transformada em balcão de negócios, por meio de privatizações. Que sentido existe em cortar verbas da educação e, ao mesmo tempo, buscar parcerias público-privadas para construir escolas, privatizando-as? Vamos até o fim na luta para impedir leilões de privatização de escolas. Educação é a principal política pública. Escolas públicas devem ser integralmente geridas de forma pública e democrática, tendo os conselhos de escola como o principal órgão gestor, com a participação de todos os segmentos da comunidade.

Há muitas outras medidas deste governo que merecem nosso repúdio e contra as quais estamos lutando. E temos uma preocupação especial com a possibilidade de mais demissões de professores temporários no final do ano. Protocolei projeto de lei complementar para que isto não aconteça e estou dialogando na ALESP com a presidência da Casa, liderança do governo e demais lideranças para que possamos formular um projeto de todos os deputados e deputadas, garantindo a continuidade do trabalho desses docentes.

Professora Bebel é deputada estadual pelo PT, segunda Presidenta – licenciada – da APEOESP e pré-candidata a Prefeita de Piracicaba

Diretor Comercial: Marcelo Germano; **Editora Revista Us**: Rosana Di Hipolito; **Diagramação:** Flavio Salgueiro; **Arte Final e Tratamento de Imagem:** Daniel Kusunoki; **Revisão**: Ana Lucia Valente
E-mail: contato@ folhadepiracicaba.com.br.
Site: www.folhadepiracicaba.com.br.

Estudo Revela: gorduras e proteínas podem liberar mais insulina que carboidratos

Descobertas recentes mostram que a secreção de insulina pode ser mais complexa e individualizada do que se acreditava anteriormente. Pela primeira vez, pesquisadores identificaram subconjuntos de ilhotas pancreáticas que exibem maiores respostas de insulina a proteínas ou gorduras do que a carboidratos.

"esperamos que esta pesquisa inspire mais estudos clínicos envolvendo grupos maiores e mais diversos, aumentando a aplicabilidade de seus resultados em cenários do mundo real"

A ingestão de carboidratos há muito tempo é conhecida por alterar os níveis de glicemia, resultando na liberação de insulina pelas células pancreáticas mais do que outros nutrientes. No entanto, novas pesquisas sugerem que os indivíduos podem exibir respostas únicas de insulina a diferentes macronutrientes, com alguns mostrando reações maiores a proteínas ou gorduras.

Um estudo inovador publicado no Cell Metabolism em julho de 2024 lançou uma nova luz sobre como diferentes macronutrientes - carboidratos, proteínas e gorduras - podem alterar a secreção de insulina. O estudo examinou as respostas de insulina em ilhotas pancreáticas de doadores humanos falecidos com e sem diabetes tipo 2, bem como em ilhotas pancreáticas derivadas de células-tronco.

Este estudo sugere que a secreção de insulina pode ser mais complexa e individualizada do que se acreditava anteriormente. Pela primeira vez, os pesquisadores identificaram subconjuntos de ilhotas pancreáticas que exibem maiores respostas de insulina a proteínas ou gorduras do que a carboidratos.

Foto: Banco de Imagens

Carboidratos, proteínas e gorduras podem alterar a secreção de insulina

Delineamento do Estudo

Entre 2016 e 2022, os pesquisadores examinaram sistematicamente a secreção dinâmica de insulina em resposta a três estímulos de macronutrientes. Eles expuseram as ilhotas à glicose (carboidratos), aminoácidos (proteínas) e ácidos graxos (gorduras) enquanto monitoravam a secreção de insulina. Além disso, analisaram mudanças na expressão gênica das células pancreáticas dos doadores falecidos para entender seu impacto na produção de insulina. Utilizaram sequenciamento de ácido ribonucleico (RNA) e análise proteômica, medindo mais de 20.000 RNAs mensageiros (mRNAs) e cerca de 8.000 proteínas.

Resultados e Respostas a Macronutrientes e Secreção de Insulina

Na maioria dos doadores de ilhotas, confirmou-se que o carboidrato foi o secretagogo de insulina mais forte, seguido pelo aminoácido e depois pelos ácidos graxos, que estimularam apenas fracamente a secreção de insulina.

Descobriu-se também que a secreção de insulina em resposta ao aminoácido (proteínas) é bifásica, com uma 1ª fase distinta durando aproximadamente 15 minutos e uma 2ª fase sustentada. Em contraste, a resposta ao ácido graxo, quando presente, foi monofásica.

Isso reforça a tese de que dietas ricas em proteínas podem ter benefícios terapêuticos em pacientes com DT2. Enquanto a secreção de insulina de primeira e segunda fases em resposta à alta glicose foi atenuada em ilhotas de doadores com DT2, não foi encontrado secreção de insulina estimulada por proteínas. Isso reforça a tese de que dietas proteicas podem ter benefícios terapêuticos em pacientes com DT2.

Em comparação com as ilhotas de doadores sem diabetes, as ilhotas de doadores com diabetes tipo 2 apresentaram uma redução no número de células beta produtoras de insulina e um atraso na produção de insulina em resposta à glicose elevada.

Especificamente, as ilhotas pancreáticas femininas secretaram menos insulina em resposta à exposição moderada à glicose em comparação às ilhotas de doadores masculinos, indicando que mulheres tem uma menor eficiência na produção de insulina.

Individualidade da Secreção de Insulina Estimulada por Nutrientes

Ilhotas de doadores individuais exibiram uma grande variedade de taxas de secreção de insulina na linha de base e em resposta a glicose alta, glicose moderada, proteína e gordura.

- Surpreendentemente, observou-se que alguns doadores tiveram respostas mais robustas aos ácidos graxos do que à glicose, desafiando a ideia de longa data de que as gorduras alimentares sozinhas têm efeitos insignificantes na liberação de insulina.

Embora muitas descobertas fossem previstas, alguns resultados surpreenderam

Uma das descobertas mais relevantes do estudo foi que aproximadamente 8% das ilhotas doadoras mostraram relativa hiper-responsividade a um estímulo de gordura na glicose basal. Surpreendentemente, o maior número de correlações com a abundância de proteínas foi em resposta ao estímulo de ácido graxo, o que significa que essas ilhotas são bem diferentes daquelas que exibem a taxa de resposta típica. Os pesquisadores sugerem que essa reação à gordura pode ser devido à imaturidade das células beta, porque também é observada em células imaturas derivadas de células-tronco.

Aplicabilidade das Descobertas em Humanos Vivos

As descobertas do estudo com ilhotas pancreáticas de doadores falecidos oferecem insights valiosos sobre a produção de insulina em resposta a diferentes macronutrientes. No entanto, há limitações ao traduzir esses resultados diretamente para humanos vivos.

O ambiente em corpos vivos, incluindo fatores como fluxo sanguíneo, níveis hormonais e interações do sistema nervoso, pode alterar a resposta à insulina de maneira diferente do ambiente das células beta isoladas. Além disso, humanos vivos enfrentam influências adicionais, como alimentação, estresse e sedentarismo, que podem modular ainda mais as respostas à insulina.

Conclusão

Os pesquisadores mostraram evidências de que a secreção de insulina específica de nutrientes é heterogênea na população geral. Diante da hiperinsulinemia ser causal a inúmeras condições de saúde, o estudo estabelece bases para futuros estudos clínicos com o objetivo de avançar na área de nutrição terapêutica personalizada e o tratamento clínico do diabetes. Os autores do estudo concluem dizendo "esperamos que esta pesquisa inspire mais estudos clínicos envolvendo grupos maiores e mais diversos, aumentando a aplicabilidade de seus resultados em cenários do mundo real."

ZYONE

A Zyone Cosméticos, é uma empresa legítima Piracicabana, responsável pelos perfumes do XVzão

USE PERFUMES DO XVZÃO
VERSÃO FEMININA E MASCULINA

UMA PARCERIA FORTE DE TRADIÇÃO E QUALIDADE

Produto disponível para compra nas LOJAS DO XV

www.xvmania.com.br

Foto: Banco de imagem

Estudo associa vacina de tétano a menor risco de Parkinson

Pesquisadores sugerem que a toxina da bactéria causadora do tétano poderia levar a neurodegeneração; mas resultados da pesquisa ainda são muito preliminares

A vacinação pareceu retardar a progressão da doença

Gabriela Cupani

A vacina contra o tétano poderia reduzir o risco de uma pessoa desenvolver Parkinson, sugere um novo estudo israelense. Segundo os autores, os resultados apontam para um envolvimento da bactéria causadora da infecção no surgimento da doença degenerativa. Conforme mostrou um algoritmo criado pelos pesquisadores, quanto mais recente a dose, maior o efeito protetivo. A vacinação também pareceu retardar a progressão da doença.

Os pesquisadores especulam que a toxina da bactéria Clostridium tetani, causadora do tétano, poderia estar presente no trato gastrointestinal e migrar para o sistema respiratório, incluindo seios paranasais, o que levaria a danos nos nervos. Mas os próprios autores reconhecem que a simples presença do patógeno não seria suficiente para promover o Parkinson.

"A pesquisa aponta na direção de infecções e toxinas que ingerimos ou inalamos ao longo da vida e que poderiam, por exemplo, mudar a flora bacteriana ou a flora no pavilhão olfatório. A partir daí, inicia-se o processo de neurodegeneração"

Os dados são de uma pesquisa observacional conduzida por cientistas da Universidade de Tel Aviv e da Leumit Health Services, organização que mantém registros eletrônicos médicos completos das últimas duas décadas.

Eles acompanharam 1.446 pacientes adultos que receberam diagnóstico de Parkinson entre 45 e 75 anos de idade e os compararam a um grupo controle formado por mais de 7 mil pessoas. Entre os diagnosticados, 1,9% tinham tomado a vacina no período avaliado, contra 3,1% dos demais.

A doença de Parkinson é multifatorial e não há uma única causa. Sabe-se que ela está relacionada a diversos fatores, inclusive ambientais, como contato com solventes, metais pesados e toxinas, além de problemas hormonais e do próprio envelhecimento. Em alguns casos, a condição se deve a mutações genéticas. "Daí a dificuldade em desenvolver um remédio capaz de curá-la", explica o neurologista André Felício, do Hospital Israelita Albert Einstein.

"Neuroinflamação e toxinas são mecanismos conhecidos que deflagram doenças neurodegenerativas, entre elas, o Parkinson. Seja no bulbo olfatório ou no intestino, esse processo começa na periferia até chegar ao cérebro", explica Felício.

Mas, segundo o médico, é preciso muita cautela com os resultados desse estudo, que ainda não foi revisado por pares. "A pesquisa aponta na direção de infecções e toxinas que ingerimos ou inalamos ao longo da vida e que poderiam, por exemplo, mudar a flora bacteriana ou a flora no pavilhão olfatório. A partir daí, inicia-se o processo de neurodegeneração", diz o especialista. "No entanto, essa relação é ainda timidamente explorada na literatura científica e o veículo de publicação é bem frágil. O ideal seria que fosse publicado numa revista melhor", ressalta o especialista.

O Parkinson é uma doença crônica neurodegenerativa causada pela queda na produção de dopamina, um neurotransmissor envolvido no controle motor. Além dos sintomas clássicos, como tremores, lentidão e rigidez nas articulações, pode haver ansiedade, depressão, demência, entre outros. Não há cura, mas dá para controlar os sintomas com remédios. Alguns pacientes podem se beneficiar da estimulação cerebral profunda, que usa uma espécie de marca-passo implantado cirurgicamente e produz um estímulo elétrico capaz de modular as estruturas nervosas envolvidas nos sintomas.

Já o tétano é uma infecção causada pela toxina da bactéria Clostridium tetani, que está presente em ambientes como solo, poeira, fezes de animais e vegetação. O risco, portanto, não está só em pregos enferrujados. O agente infeccioso entra no organismo por meio de ferimentos ou lesões e causa rigidez muscular, podendo levar à insuficiência respiratória e à morte.

No Brasil, a vacina contra o tétano é administrada juntamente com as de coqueluche e difteria e faz parte do Calendário Nacional de Vacinação. Ela é oferecida para bebês em três doses (aos 2, 4 e 6 meses de vida), com reforços aos 15 meses e aos 4 anos. Adultos devem tomar reforços a cada dez anos, ou a cada cinco em caso de ferimentos graves.

Fonte: Agência Einstein

Tirzepatida, substância de medicamento para emagrecer, auxilia no tratamento da apneia do sono, segundo estudo

Marcelo Bechara, clínico geral e especialista em emagrecimento, revela que descoberta pode ser revolucionária no tratamento da doença

"Ela melhora a obesidade e, consequentemente, atua diminuindo a apneia. O estudo acompanhou por mais de um ano os pacientes, que perderam em média mais de 20% do peso, reduzindo a pressão em cima das vias aéreas"

Grande parte das pessoas que têm obesidade também sofre com apneia do sono e interrupções na respiração durante a noite. Mas, segundo um estudo da revista The New England Journal Of Medicine, divulgado em junho deste ano, o uso da tirzepatida pode diminuir significativamente este problema.

"É uma revolução esta descoberta. Normalmente, o principal caminho é a mudança de estilo de vida, mas deixar de ser sedentário e ter uma boa alimentação nem sempre é viável para todos. Outra maneira é a utilização de CPAP ou os BIPAPs, máscaras que auxiliam a oxigenação durante o sono, porém, a adaptação é muito severa", explica Marcelo Bechara, médico clínico geral e especialista em emagrecimento.

A tizerpatida é o princípio ativo do remédio Mounjaro, utilizado no tratamento de diabetes tipo 2 e contra a obesidade. No Brasil, o uso já foi aprovado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), mas a comercialização ainda é restrita em grande parte do país.

A substância age no organismo de forma semelhante a hormônios produzidos no intestino, sendo análoga ao GLP-1 e ao GIP, que auxiliam o controle do açúcar no sangue, liberação de insulina e sensações de saciedade e fome.

O estudo revela ainda que participantes que receberam doses de 10 ou 15 miligramas de tirzepatida tiveram uma redução média de 62,8% no índice de apneia-hipoapneia (IAH), que marca a quantidade de vezes que a respiração é interrompida durante o sono.

De acordo com Bechara, é por conta da perda de peso que a tirzepatida age. "Ela melhora a obesidade e, consequentemente, atua diminuindo a apneia. O estudo acompanhou por mais de um ano os pacientes, que perderam em média mais de 20% do peso, reduzindo a pressão em cima das vias aéreas", diz.

O estudo ainda diz que a tirzepatida também fez com que os participantes do estudo apresentassem uma redução na pressão arterial, em marcadores inflamatórios e no dano hipóxico, que indica o quanto caem os níveis de oxigênio de uma pessoa com apneia durante a noite.

Foto: Banco de Imagens

Ela melhora a obesidade e, consequentemente, atua diminuindo a apneia

"Potencializando a perda de peso, o desenvolvimento da apneia sofre uma queda, pois, sem o excesso de gordura no tórax e pescoço, associado ao aumento da pressão intra-abdominal, as vias aéreas ficam livres, evitando tanto o ronco quanto a apneia. E com a tirzepatida esse resultado é fantástico. Não existe nenhum medicamento que seja tão eficaz", revela o médico.

A farmacêutica fabricante Eli Lilly submeteu um pedido de autorização para usar a tirzepatida no tratamento de apneia obstrutiva do sono moderada a grave e da obesidade.

Mesmo com resultados promissores, na maioria dos casos, a tirzepatida não vai substituir os tratamentos já conhecidos para apneia do sono. "Infelizmente, o medicamento surge apenas para um público específico, aqueles com obesidade, ampliando o leque de terapias disponíveis. No entanto, já nos ajuda a mapear uma cura para algo que até então não se tinham medicamentos utilizáveis", comemora Bechara.

Medicamentos para depressão: uso pode influenciar problemas sexuais e ganho de peso

Efeitos adversos de antidepressivos levam ao abandono do tratamento direcionado à saúde mental. Cuidado multidisciplinar e integrado é palavra de ordem

Foto: Banco de Imagem

É importante compreender que há uma relação bidirecional entre obesidade e depressão

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), cerca de 300 milhões de pessoas no mundo sofrem de depressão, uma doença que tem sido diagnosticada cada vez mais nos consultórios brasileiros. É uma condição tratável e, geralmente envolve uma combinação de psicoterapia, mudanças no estilo de vida e uso de antidepressivos para equilibrar os níveis de neurotransmissores no cérebro. Contudo, o que se observa é que mais de 25% dos pacientes abandonam a medicação em menos de um mês.

Longe de ser um mal exclusivo do século 21, a depressão é um transtorno mental caracterizado por tristeza persistente e perda de interesse em atividades cotidianas, que podem causar mudanças no apetite e no sono, dificuldade de concentração, cansaço e até pensamentos de morte ou suicídio.

Na sociedade moderna, esse estado de saúde é influenciado por diversos fatores, que incluem o ritmo acelerado de vida, a falta de exercícios físicos, o excesso de trabalho e o uso abusivo de redes sociais. Logo, o "tratamento da depressão é soberano" afirma. Carmita Abdo, psiquiatra, professora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e fundadora do Programa de Estudos em Sexualidade do Hospital das Clínicas.

Conforme uma pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (Ibope) em agosto de 2019, 53% dos indivíduos com idades entre 18 e 24 anos acreditavam que a maioria dos antidepressivos é ineficaz. Esse senso comum surge da demanda por resultados imediatos, que não ocorre, na maioria das vezes, já que o tratamento se prolonga por vários meses (o próprio medicamento não é efetivo antes de 15 dias). Ademais, boa parte dos pacientes avessos à medicação se justificam pelo ganho de peso e pela perda de interesse sexual. Dados apresentados pela Carmita no Congresso W2C, realizado em São Paulo, mostraram que a prevalência da obesidade é 2 a 5 vezes mais comum entre pacientes psiquiátricos que recebem tratamento medicamentoso em comparação com a população geral e que até 73% dos tratados com antidepressivos podem sofrer de redução da libido, disfunção erétil e dificuldades para atingir o orgasmo.

Sendo assim, identificar a condição mental, por meio de avaliações clínicas detalhadas realizadas por entrevistas e histórico médico, é crucial para iniciar o tratamento correto e promover a intervenção apropriada, realizados por profissionais experientes. "Essas são medidas que devem garantir aos pacientes a remissão dos sintomas emocionais e físicos, bem como a capacidade de retorno ao trabalho, a restauração de relacionamentos e hobbies pessoais", diz a psiquiatra.

Entre as estratégias para manejo da disfunção sexual induzida por antidepressivos, Carmita reforça o uso de antídotos como a bupropiona, que aumenta a dopamina (neurotransmissor responsável por favorecer a função sexual, agindo no sistema nervoso central), e a buspirona, que regula a serotonina, encarregada de inibir o desejo sexual, a ejaculação e o orgasmo. Além desses, a médica cita trazodona, moclobemida, vilazodona, vortioxetina, agomelatina e mirtazapina, como fármacos que não afetam a libido.

"Já no contexto do ganho de peso, o uso de antidepressivos tricíclicos e de inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRSs) coincide com o acréscimo do Índice de Massa Corporal (IMC) em 15% a 58% dos casos, podendo esse ganho atingir mais de 10% do peso inicial do paciente. Enquanto o tratamento com bupropiona pode levar a uma perda média de 2,8 kg em 6 a 12 meses. O ganho de peso é menor se os hábitos de vida do paciente são saudáveis," destaca Carmita.

Também é importante compreender que há uma relação bidirecional entre obesidade e depressão. "Indivíduos com IMC elevado podem enfrentar estigma, discriminação e baixa autoestima, conduzindo a sintomas depressivos. Por outro lado, problemas emocionais podem influenciar negativamente os hábitos de alimentação e exercício, contribuindo para o excesso de peso. Portanto, depressão e obesidade são condições que exigem uma abordagem multidisciplinar", complementa a Dra. Alessandra Rascovski, médica endocrinologista, diretora médica da Atma Soma e fundadora do Ambulatório Clínico de Obesidade Mórbida do Hospital das Clínicas.

Ainda assim, a especialista ressalta a importância dos pacientes entenderem melhor seu tratamento, estando cientes dos efeitos adversos possíveis, enquanto também se sentem confortáveis em comunicar qualquer sintoma adverso ao seu médico. "Ao seguir as orientações médicas e não interromper abruptamente o uso dos antidepressivos, os pacientes podem esperar uma experiência mais suave durante o tratamento, minimizando os riscos de sintomas de disfunção sexual e ganho de peso, potencializando, assim, a melhora dos sintomas depressivos", finaliza Alessandra.

XMT TUR Agência de Viagens

SORTEIO DE Dia dos Pais

PRÊMIOS INCRÍVEIS PARA O PAIZÃO: VOO PANORÂMICO, CABELO E BARBA E ALMOÇO ESPECIAL OU CANECA STANLEY!

REGRAS:

1. SIGA O PERFIL **@XMT.TUR** E PARCEIROS
2. CURTA A **PUBLICAÇÃO OFICIAL**
3. MARQUE 3 AMIGOS **NOS COMENTÁRIOS**

PARCEIROS:

AEROCLUBE DE PIRACICABA
@AEROCLUBEPIRACICABA

PÉROLA NEGRA BARBEARIA
@BARBEARIAPEROLA.NEGRA

Restaurante PINTADO na Brasa
@PINTADONABRASAPIRACICABA

O SORTEIO ACONTECE 09/08.

Boa sorte!

Sindicato dos Metalúrgicos marca presença 2ª EXPO ESG

Entidade se destaca diante das práticas sustentáveis

"Nós já adotamos práticas sustentáveis que beneficia toda a sociedade. Temos uma diretoria e funcionários focados nesse processo, e buscamos sempre trazer novidades e benefícios para o bem comum, diante da relevância do assunto"

Flavia Vieira

As ações de práticas sustentáveis fazem parte dos espaços do Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos de Piracicaba e Região, que tem como objetivo ter um olhar cuidadoso para as questões ambientais. A entidade está aberta a novos conhecimentos sobre o assunto, por isso, diretores e funcionários participam de 01 a 04 de agosto, da 2ª EXPO ESG, que acontece no Engenho Central.

O evento que pretende construir reflexões sobre temas ambientais, sociais e de governança e ampliar o diálogo para a implementação prática, reúne palestrantes, painéis e workshops. Para o presidente do Sindicato, Wagner da Silveira, a participação se faz necessária diante do conhecimento compartilhado, e com ele ampliar as ações, "Nós já adotamos práticas sustentáveis que beneficia toda a sociedade. Temos uma diretoria e funcionários focados nesse processo, e buscamos sempre trazer novidades e benefícios para o bem comum, diante da relevância do assunto".

O Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos pode ser considerado referência em práticas sustentáveis, entre elas estão, a instalação de placas de energia solar, gerando economia de energia, ser o 1º Clube da cidade a ter o Plano de Gerenciamento de Resíduos Sólidos, estabelecimento da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD), os projetos sociais Sorriso Cidadão e Indústria do Amanhã e capacitações para diretoria e funcionários, onde entre os assuntos abordados estiveram, Diversidade e Autismo.

Foto: Alexandre Novaes

Amanda Barbosa, Cesar Aparecido de Souza (Cesinha), Francisco C. L. de Assis (Neta), Paulo Afonso de Lima e Davi dos Santos Cruz

Dedini contribui para o crescimento sustentável da cidade

As ações renderam à empresa a certificação ESG, de Governança Ambiental, Social e Corporativa, conferida pelo Instituto Ambiental Chico Mendes

Prestes a completar 104 anos, a Dedini S/A Indústrias de Base tem papel preponderante na história de Piracicaba. Em sua trajetória, projetou a região no cenário mundial de produção de bens de capital para os setores sucroenergético e de infraestrutura, influenciando o desenvolvimento e contribuindo para o crescimento sustentável da cidade.

"Além de gerar milhares de empregos, a Dedini adota práticas voluntárias positivas frente a questões ambientais e sociais que beneficiam toda a comunidade", afirma Igor Serra, do Departamento de Meio Ambiente da Dedini Indústrias de Base. Associadas ao modelo transparente de governança, que garante a ética corporativa, as ações renderam à empresa a certificação ESG, de Governança Ambiental, Social e Corporativa, conferida pelo Instituto Ambiental Chico Mendes, com o crivo do Procert (Programa de Certificação pelo Compromisso com a Gestão Socioambiental Responsável).

"Os projetos que garantiram a certificação, especialmente as da área ambiental, são os que contribuem, de forma efetiva para o crescimento sustentável de Piracicaba", ressalta Igor Serra. A lista inclui o reflorestamento de áreas de proteção ambiental, ações de educação ambiental que já atingiram mais de 1.000 alunos de escolas públicas, medidas internas de reaproveitamento de água, treinamentos, busca incansável pela redução de resíduos e métodos de produção responsável e correta.

Um dos exemplos é o investimento constante da companhia em recursos e esforços na proteção e na recuperação da Microbacia do Ribeirão Guamium, que atende a empresa em Piracicaba. Um dos principais resultados é o reflorestamento de áreas que compõem esse manancial, com o plantio de aproximadamente 13 mil mudas, em uma área recuperada de 97.787,91 m².

"Também participamos ativamente de modo a contribuir, com conhecimento técnico, para políticas públicas voltadas ao meio ambiente, no Conselho Municipal de Mudanças Climáticas o Comclima, e na Câmara Técnica de Uso e Conservação de Água na Indústria dos Comitês PCJ, que têm a prerrogativa da gestão das águas das bacias dos rios Piracicaba, Capivari e Jundiaí", detalha Igor Serra.

Líder em tecnologia para o setor sucroenergético, e comprometida com o meio ambiente, a Dedini desenvolve tecnologias e equipamentos industriais alinhados aos padrões de sustentabilidade. Este é o caso da USD (Usina Sustentável Dedini), conceito de planta que utiliza uma série de tecnologias já consagradas e outras inovadoras, visando à redução da emissão de gases de efeito estufa e maximizando a eficiência produtiva.

Foto: Vitor Calderan

Empresa recebe estudantes no projeto de educação ambiental

Vem aí o 1º Fórum de Educação do Colégio PoliBrasil!

O tema "Como Lidar com a Tecnologia na 1ª Infância" é voltado para mantenedores, diretores e professores de escolas infantis

Em sua primeira edição, o evento tem o tema "Como Lidar com a Tecnologia na 1ª Infância" e é voltado para mantenedores, diretores e professores de escolas infantis. Contaremos com especialistas e profissionais do setor educacional para um debate dinâmico e enriquecedor: Hérika Machado (Pedagoga e formadora de professores da Secretaria Municipal de Educação de Piracicaba) se junta à nossa professora do 1º ano EF Daniela Muraska (Pedagoga e Certificada Google) e ao nosso professor e coordenador do Ensino Fundamental e Médio Gustavo Mello, para uma discussão aprofundada, onde todos possam compartilhar experiências, ideias e práticas sobre a introdução e o uso da tecnologia nas primeiras fases da educação, contando também com a presença do Secretário Municipal de Educação de Piracicaba, Bruno Roza.

O 1º Fórum de Educação do Colégio PoliBrasil acontece, sábado dia 24 de agosto, das 10h às 12h, no Colégio PoliBrasil (Rua Moraes Barros, 422 – Centro) e a inscrição deve ser feita gratuitamente através do link *https://forms.gle/aTqKxsehue3Tqifu7*

Mas atenção: As vagas são limitadas!

1ª FÓRUM DE EDUCAÇÃO DO COLÉGIO POLIBRASIL

COMO LIDAR COM A TECNOLOGIA NA 1ª INFÂNCIA

24/08, sábado, das 10h às 12h

Colégio PoliBrasil
Rua Moraes Barros, 442 - Centro

Inscrições gratuitas com vagas limitadas!

GUSTAVO MELLO
Professor e Coordernador do Colégio PoliBrasil

HÉRIKA MACHADO
Pedagoga e formadora de professores da Secretaria Municipal de Educação de Piracicaba

DANIELA MURASKA
Professora do 1º ano EF do Colégio PoliBrasil, pedagoga e Certificada Google

COLÉGIO PoliBrasil
Portal para o Futuro

Comemoração Dupla: 257 Anos de Piracicaba e 53 Anos do Cemitério Parque da Ressurreição

Neste dia 1º de agosto de 2024, celebramos com orgulho o aniversário de dois marcos significativos para a comunidade piracicabana. Nossa querida cidade de Piracicaba completa 257 anos de história rica e vibrante, e o Cemitério Parque da Ressurreição, um símbolo de paz e reflexão, celebra 53 anos de serviços prestados com dedicação e respeito.

Piracicaba, conhecida por sua rica cultura e tradição, é uma cidade que se reinventa a cada ano. Na qual tem sido um centro de desenvolvimento agrícola, industrial e cultural. A cidade cresceu ao redor do majestoso Rio Piracicaba, que não só é um símbolo de sua identidade, mas também um testemunho de sua história e resiliência. Ao longo dos séculos, Piracicaba soube preservar suas raízes enquanto abraçava a modernidade, tornando-se um exemplo de harmonia entre o passado e o presente.

Desde sua inauguração em 1971, o Cemitério Parque da Ressurreição tem se destacado como um local de serenidade e beleza, proporcionando conforto e paz às famílias em momentos difíceis. O cemitério não é apenas um local de repouso eterno, mas também um espaço que celebra a vida e a memória daqueles que partiram. Com uma paisagem cuidadosamente mantida, repleta de árvores frondosas e jardins floridos, o Cemitério Parque da Ressurreição oferece um ambiente tranquilo para reflexão e homenagem.

Uma das características mais apreciadas do Cemitério Parque da Ressurreição é a beleza natural que permeia o local. Com jardins bem cuidados e uma diversidade de plantas e flores, o cemitério oferece um ambiente acolhedor e sereno. As missas diárias às 7h da manhã, abertas à comunidade, são momentos de oração e comunhão que fortalecem os laços entre os visitantes e proporcionam um espaço de espiritualidade e paz.

Foto: Divulgação

Desde sua inauguração em 1971, o Cemitério Parque da Ressurreição tem se destacado como um local de serenidade e beleza

Adquirir um jazigo no Cemitério Parque da Ressurreição é uma decisão importante para as famílias que desejam garantir um local digno e respeitoso para seus entes queridos. A compra de um jazigo não é apenas uma questão prática, mas também uma maneira de proporcionar conforto e tranquilidade aos familiares, sabendo que há um local permanente onde podem homenagear e lembrar seus entes queridos. Além disso, o cemitério oferece diversas opções de jazigos que atendem às diferentes necessidades e preferências das famílias, garantindo que todos possam encontrar uma solução que lhes seja adequada.

Assim como nossa cidade de Piracicaba, que se orgulha de seu patrimônio cultural e natural, o Cemitério Parque da Ressurreição é um reflexo do respeito e da reverência pela história e pelas pessoas que fazem parte dessa jornada. A celebração do aniversário de ambos é um momento para lembrar o passado com carinho e olhar para o futuro com esperança.

Venha nos conhecer Av. Comendador Luciano Guidotti, 1754 - Jardim Caxambu, Piracicaba, SP.

Hospital Unimed Piracicaba implanta Totens de Autoatendimento no PA

Solução traz mais agilidade e segurança na admissão de pacientes

"A ferramenta já está transformando a experiência do paciente e redefinindo o conceito de eficiência na admissão daqueles que buscam por atendimento de urgência e emergência no nosso complexo hospitalar..."

Foto: Filipe Paes/Studio47

Hoje, o tempo máximo para abertura de ficha é de apenas um minuto e meio

Juliano Fantazia

No mundo acelerado de hoje, a inovação é essencial para oferecer um serviço de excelência. É com esta máxima que a Unimed Piracicaba implantou totens de autoatendimento nos prontos atendimentos Adulto e da Criança do Hospital Unimed para beneficiários da Cooperativa. Agora, após admissão, conferência de dados pessoais (carteirinha do plano de saúde e CPF) e reconhecimento facial, o paciente é encaminhado para triagem com equipe de enfermagem e, na sequência, passa por consulta com médico de plantão.

"A ferramenta já está transformando a experiência do paciente e redefinindo o conceito de eficiência na admissão daqueles que buscam por atendimento de urgência e emergência no nosso complexo hospitalar. Hoje, o tempo máximo para abertura de ficha é de apenas um minuto e meio", disse Carlos Joussef, presidente da Instituição.

A adoção de totens de autoatendimento é mais um passo na jornada digital que os times de Inovação e Tecnologia da Informação conquistaram para a Cooperativa, com apoio da Diretoria Executiva, que investe em tecnologia para otimizar a assistência à saúde.

"Com um planejamento arrojado e dedicação das equipes, garantimos, em 30 dias de experimento, nível de conformidade de 98% de automação no processo de inclusão de pacientes nos prontos atendimentos do HU, permitindo que dediquem seu tempo ao mais importante: o cuidado à saúde", informou o dirigente.

Hoje, o modelo utilizado pela Cooperativa consiste em uma inovação disruptiva, que tem como foco a redução de filas, acessibilidade, interface intuitiva e segurança. "Os totens facilitam a rotina do paciente, permitindo que ele acesse serviços essenciais a qualquer momento. Até mesmo quem não tem familiaridade com a tecnologia consegue acionar a plataforma de forma rápida".

Nos últimos anos, a Unimed Piracicaba tem direcionado esforços para a integração de tecnologias avançadas e inteligência artificial em seu rol de serviços, visando uma experiência completa. A implantação de soluções como recepção digital – Saúde sem Papel, telerradiologia, telemonito-ramento, telereabilitação, telemedicina – Einstein Conecta, telepsicologia, CRM – gestão de ven-das e clientes, V-Baby para exames de ultrassom e assistente virtual Malu, demonstram o empe-nho da operadora em proporcionar um atendimento ágil e eficiente.

"Inovar tornou-se essencial porque a nossa missão é sempre proporcionar o melhor atendimento médico para beneficiários da cidade e região, além de otimizar fluxos e processos assistenciais", finalizou Joussef.

IHGP chega aos seus 57 anos

A sessão magna será realizada dia 14 de agosto, quarta-feira, às 19h30, no Salão Nobre Helly de Campos Melges, na Câmara Municipal

Fotos: Divulgação

Diretoria atual: José Otávio Mente, Augusto Neto, Edson Rontani Júnior, Sylvana Zein, Valdia Capranico, Waldemar Romano e Vitor Vencovsky

GAZETA DE PIRACICABA
ORGAM IMPARCIAL

Jornal mais antigo de 1883

O Instituto Histórico e Geográfico de Piracicaba (IHGP) completou 57 anos nesta última quinta-feira. A entidade foi criada em 1º de agosto de 1967 durante as atividades comemorativas ao bicentenário de Piracicaba. Teve como primeiro presidente o engenheiro agrônomo Edmar José Kiehl.

O jornalista Edson Rontani Júnior, presidente da atual gestão, empossada em abril e com mandato até março de 2026, programa para agosto a tradicional sessão magna anual, prevista em estatuto da entidade.

"A sessão magna é importante para nós pois é a ocasião em que entregamos a Medalha Prudente de Moraes, sendo o IHGP a única entidade local que possui direito a outorga desta homenagem, segundo lei dos anos 1970 assinada pelo então prefeito Adilson Benedito Maluf", diz Rontani.

A sessão magna será realizada dia 14 de agosto, quarta-feira, às 19h30, no Salão Nobre Helly de Campos Melges, na Câmara Municipal, sendo gratuita e aberta a toda a população.

Na ocasião, será realizada palestra pelo professor Paulo Affonso Leme Machado, referência no direito ambiental brasileiro, que discorrerá sobre o tema "A defesa jurídica do rio Piracicaba: informação e participação", na qual falará sobre a necessidade especial de um olhar para um de nossos principais cartões postais.

A sessão também empossará como novos membros do IHGP os professores Carlos Eduardo de Freitas Vian e Cayo Murillo Casarim Cassiano.

O ponto alto da solenidade será a entrega da Medalha Prudente de Moraes a ser entregue a três personalidades que muito contribuíram para a sociedade piracicabana: Antonio Oswaldo Storel (cirurgião-dentista), Ivani Olívia Fava Neves (assistente social) e Pedro Valentim Marques (economista).

Histórico – O IHGP foi instalado durante as atividades comemorativas dos 200 anos de Piracicaba em agosto de 1967. É uma entidade particular, sem fins lucrativos e com diretoria voluntária que preserva a história de Piracicaba como jornais, fotografias, livros e outros materiais audiovisuais. Possui em seu acervo jornais locais desde 1883. Tem na presidência o jornalista Edson Rontani Júnior, e na vice-presidência Sylvana Zein.

HFC Saúde presente na História de Piracicaba

Mais de 80% dos atendimentos realizados são para pacientes do SUS

Foto: Divulgação

Dos 257 anos de história de Piracicaba, 57 deles contaram com a presença marcante do HFC Saúde, que se tornou parte integrante e fundamental da cidade. O hospital é um pilar importante para a saúde da população de Piracicaba, oferecendo cuidados médicos de alta qualidade e contribuindo significativamente para o bem-estar da comunidade local.

Hoje, mais de 80% dos atendimentos realizados no HFC Saúde são para pacientes do SUS – Sistema Único de Saúde. "Nesses anos, o HFC Saúde cresceu significativamente, expandindo suas instalações, aprimorando seus serviços e incorporando novas tecnologias. Esse crescimento permitiu ao hospital atender a um número maior de pacientes, oferecer uma gama mais ampla de especialidades médicas e atrair profissionais de alta qualificação, reforçando seu papel essencial na comunidade de Piracicaba", disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Novas tecnologias para a população

Com uma infraestrutura moderna e bem equipada, o HFC Saúde proporciona um ambiente seguro e eficiente para os pacientes. O hospital recentemente investiu em tecnologia de ponta para melhorar ainda mais a qualidade do atendimento prestado aos seus pacientes. Foram adquiridos 20 monitores de triagem Drager Vista SC120, que já estão em operação no pronto atendimento e nas áreas de internação do hospital. Esses equipamentos de última geração são projetados para realizar a verificação de sinais vitais de rotina com precisão e eficiência.

Lean Healthcare

O HFC Saúde está implantando o Lean Healthcare, uma metodologia empregada para identificar e eliminar desperdícios, visando a melhoria dos processos com foco no cliente, a obtenção de um atendimento de qualidade e a promoção do engajamento dos colaboradores e médicos. "Estamos concluindo mais um ciclo dos projetos Lean no HFC Saúde, com o objetivo de otimizar os processos, eliminando desperdícios, melhorando a eficiência e, ao mesmo tempo, aumentando a qualidade do atendimento", disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Retorno da Cirurgia Bariátrica

Com a reativação do Serviço de Cirurgia Bariátrica para pacientes SUS, o HFC Saúde demonstra seu compromisso em oferecer tratamentos avançados e acessíveis, atendendo a uma demanda significativa da população que necessita desse tipo de intervenção para melhorar sua qualidade de vida.

Reconhecimento

O procedimento de angioplastia coronariana realizado pela equipe do Incorpi no HFC Saúde foi destaque no prêmio Líderes IVSB, premiação destinada às instituições de saúde que se destacam por entregar resultados de excelência em diversas linhas de cuidado. "Estar entre os melhores do Brasil é um grande privilégio e resultado de um trabalho sério e em equipe. É a confirmação da busca constante por tecnologias avançadas, excelência e humanização", disse a diretora do HFC Saúde, Lucimeire Ravelli Peixoto.

O HFC Saúde conquista selo de excelência ONA 3

O HFC Saúde é 1º hospital filantrópico na região a conquistar Selo ONA 3, que comprova a excelência de atendimento. Esse é o maior reconhecimento e um marco significativo para o hospital. "Esta conquista mostra o quanto nossa equipe está preparada e em sintonia na busca constante da excelência em cuidados de saúde e segurança do paciente. Queremos agradecer todos os profissionais que se dedicam com amor e os pacientes que confiam no trabalho do hospital", disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

HFCast: uma nova forma de comunicação

O HFC Saúde, pensando na modernidade e na agilidade da informação, transformou a Revista HFC Notícias no HFCast, um podcast que tem o objetivo de debater, informar e conscientizar sobre assuntos de saúde, bem-estar e temas atuais que envolvam o universo da saúde. O HFC Saúde é o primeiro hospital a lançar um podcast em Piracicaba. "Trazemos médicos especialistas, profissionais de diversas áreas e personalidades relevantes para divulgar projetos, informar a sociedade sobre campanhas, parcerias, eventos, capacitação profissional, entre outros", disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Profissionais de várias áreas da saúde já participaram da conversa com Mônica Camolesi, jornalista responsável pelas entrevistas do podcast. "Já falamos sobre nutrição, saúde do homem, da mulher e do trabalhador, sobre o papel do médico na vida do paciente, anabolizantes, saúde do cabelo, cuidados com os tratamentos estéticos, além dos projetos sociais que fazem a diferença no ambiente hospitalar", disse a gerente de marketing, Juliana Mazzonetto.

Mãos Voluntárias

O projeto Mãos Voluntárias surgiu com a ideia de reaproveitar a embalagem de SMS (Spunbond/Meltblown/Spunbond), um tecido de TNT que embala material estéril no Centro Cirúrgico do HFC Saúde. Realizado por costureiras voluntárias, essas embalagens são transformadas em ecobags para armazenar pertences e exames dos pacientes. Este projeto foi reconhecido no Seminário Nacional Hospitais Saudáveis, que divulga iniciativas voltadas para a sustentabilidade.

Esse é o HFC Saúde, um hospital reconhecido por seu alto padrão de atendimento médico, que oferece cuidados especializados e uma equipe multidisciplinar bem treinada, garantindo aos pacientes um tratamento de excelência em diversas especialidades médicas.

Santa Casa Saúde abre mais uma edição do Programa de 'Educação em Saúde'

Iniciativa apresenta um novo caminho para pacientes com dores crônicas. Inscrições estão abertas.

Foto: Divulgação

Programa surge para oferecer esperança, compreensão e um caminho para uma vida mais plena e gratificante aos portadores de dores crônicas

"O programa disponibiliza profissionais especializados para oferecer uma variedade de abordagens terapêuticas e educacionais, baseadas em estudos científicos de ponta.."

O Santa Casa Saúde Piracicaba receberá novos membros do Programa Educação em Saúde para os encontros que começam no próximo dia 12 de agosto, segunda-feira, das 9h30 às 10h30, no anfiteatro do Saúde Inteligente, localizado na avenida Independência, 950, mezanino 2. No total, serão oito encontros direcionados a beneficiários que enfrentam dores crônicas persistentes e as inscrições podem ser feitas pelo WhatsApp (19) 99838-5979 ou pelo telefone (19) 3437-3839.

A proposta dos encontros, segundo a fisioterapeuta e acupunturista Silvia Silvestrini, é consolidar junto aos beneficiários com idade acima dos 18 anos, informações fundamentadas sobre a natureza das dores crônicas e seu impacto na vida diária de quem sofre com elas por mais de seis meses.

"O programa disponibiliza profissionais especializados para oferecer uma variedade de abordagens terapêuticas e educacionais, baseadas em estudos científicos de ponta, visando melhorar não apenas a compreensão das dores crônicas, mas também a qualidade de vida dos participantes", informa Silvia.

Ela conta que, durante o programa, os participantes terão oportunidade de interagir com profissionais das áreas de fisioterapia, acupuntura, psicologia e nutrição. "Sob os cuidados dessa equipe, os participantes conduzidos a uma jornada de autodescoberta e autocuidado, por meio de técnicas eficazes de relaxamento, estratégias de manejo da dor e abordagens holísticas para promover o bem-estar físico e emocional", esclarece a fisioterapeuta.

Ela lembra ainda que o programa surge para oferecer esperança, compreensão e, acima de tudo, um caminho para uma vida mais plena e gratificante aos portadores de dores crônicas que, muitas vezes, se apresentam como um fardo insuportável. "Para aliviar essas dores, o programa traz a aplicação da neurociência no entendimento das experiências individuais para o melhor gerenciamento dessa dor", explica Silvia. Ela revela que, desta forma, é possível reduzir o índice de incapacidade, melhorar a mobilidade e a adesão à reabilitação, além de promover mudança positiva nas percepções e no processamento da dor pelo sistema nervoso.

Pastor Dilmo e Cezinha de Madureira declaram apoio a Helinho Zanatta

A aproximação da ala evangélica com Zanatta já vinha sendo construída nos bastidores

Fotos: Divulgação

Helinho Zanatta

A candidatura de Helinho Zanatta a prefeito de Piracicaba recebeu dois reforços de peso: os líderes religiosos Pastor Dilmo dos Santos e Cezinha de Madureira declararam apoio ao pessedista.

A aproximação da ala evangélica com Zanatta já vinha sendo construída nos bastidores, quando Dilmo e Cezinha passaram a entender que o nome de Zanatta representa o novo com experiência em Piracicaba.

Pastor Dilmo é presidente da Assembleia de Deus – Ministério Madureira em Piracicaba e tem forte influência na mais de 270 congregações que estão presentes na cidade. Já Cezinha de Madureira está em seu segundo mandato de deputado federal e também exerce posição de destaque entre os evangélicos.

"Quero agradecer o Pastor Dilmo e as lideranças da Assembleia de Deus - Ministério Madureira, em Piracicaba, pela decisão de unirmos nossos propósitos em benefício da nossa cidade. Assim como agradeço também o meu amigo e deputado federal Cezinha de Madureira, que é uma pessoa e político exemplar que chega para somar à nossa caminhada. Precisamos desenrolar os problemas de Piracicaba e avançar em questões que ficaram esquecidas ao longo dos últimos anos. Temos uma missão árdua, mas a união e o trabalho em conjunto sempre há de sobressair", destacou Helinho.

Bebel destaca que governo Lula já transferiu R$ 1,5 bilhão neste ano para Piracicaba

Um levantamento feito mostra que todas estas ações faz com que Piracicaba complete 257 anos com 138,84 mil postos de emprego formal no município, sendo 8.300 novos empregos gerados desde janeiro de 2023

"Tudo isso se deve ao desempenho do governo, que tem apostado e trabalhado em prol da economia. Se os juros estivessem menores, certamente, a economia estaria muito melhor"

Vanderlei Zampaulo

Neste primeiro de agosto, quando Piracicaba completa 257 anos, a deputada estadual Professora Bebel (PT), e pré-candidata a prefeita pela "Federação Brasil da Esperança", destaca as ações do governo Lula em prol da cidade, que muito tem contribuído com a população e o desenvolvimento do município.

De acordo com levantamento realizado pela deputada, que é chamada de "embaixadora do governo federal em Piracicaba", o governo do presidente Lula, somente neste ano, já destinou para a cidade um total de R$ 1.446 bilhão, beneficiando tanto a Prefeitura, com repasses, assim como a população, com programas sociais.

Para a Prefeitura da cidade, nos seis primeiros meses do ano já foram repassados R$ 202,29 milhões, além de R$ 60,23 milhões referentes ao Bolsa Família, beneficiando 15.590 famílias, e R$ 39,8 milhões em Benefício de Prestação Continuada nos quatro primeiros meses do ano (beneficiando 7.160 pessoas, além de 3.780 pessoas com deficiência), assim como R$ 1,03 milhão em auxílio gás (atendendo 5.100 famílias), e R$ 53,45 milhões através do seguro-desemprego entre janeiro e maio, e R$ 1,09 bilhão em benefícios previdenciários também nos cinco primeiros meses do ano. "Todo esses montantes acabam contribuindo para alavancar a economia, gerando nos empregos e renda à população, além de beneficiar famílias que estão à beira da pobreza extrema, até porque as famílias acabam consumindo no comércio", destaca Bebel.

Na área da habitação, Bebel também ressalta as ações do governo federal. São 4160 novas moradias financiadas por meio do FGTS, com valor total de R$ 639,74 milhões, desde janeiro de 2023, além de estabelecida a construção de 372 novas moradias, através do Programa Minha Casa Minha Vida, em dois empreendimentos destinados a famílias da faixa 1. Já o PAC está destinando R$ 2 milhões para regularização fundiária das comunidades Portelinha e Pantanal, além de mais dois empreendimentos selecionado para o programa "Cidades Sustentáveis e Resilientes".

O levantamento também mostra que todas estas ações faz com que Piracicaba complete 257 anos com 138,84 mil postos de emprego formal no município, sendo 8.300 novos empregos gerados desde janeiro de 2023.

"Tudo isso se deve ao desempenho do governo, que tem apostado e trabalhado em prol da economia. Se os juros estivessem menores, certamente, a economia estaria muito melhor", ressalta a pré-candidata a prefeita.

O programa "Desenrola Brasil", como conta Bebel, beneficiou 3,57 mil moradores da cidade na Faixa 1 (pessoas com renda bruta mensal de até dois salários mínimos ou inscritas no CadÚnico), num total de 8,01 mil contratos negociados, sendo 60,57% mulheres beneficiadas. "Para entender a importância deste programa, o valor total das dívidas era de R$ 22,76 milhões, sendo o valor final negociado no total de R$ 2,88 milhões, portanto, ocorreu um desconto médio de 87,33%", comemora a deputada piracicabana.

Na área da cultura, foram destinados à cidade quase R$ 5 milhões. "A Lei Paulo Gustavo garantiu R$ 3,09 milhões (acumulado de 01/2023 a 10/2023), enquanto que a Política Nacional Aldir Blanc de fomento à Cultura - Lei Aldir Blanc (acumulado de 12/2023 a 03/2024) garantiu mais R$2,7 milhões para o município", diz.

Foto: Vitor Calderan

A deputada Professora Bebel com o presidente Lula, de quem é considerada a "embaixadora de Piracicaba" junto ao seu governo

Já a bolsa atleta, conforme dados de fevereiro deste ano, aponta que beneficiou 11 bolsistas, com apoio previsto de R$ 366,3 mil, além de 10 bolsistas ativos que receberam R$ 201,65 mil, e também beneficia dois atletas pódio, nove atletas em modalidade olímpica, um atleta modalidade paraolímpica, além de quatro pessoas negras e uma atleta mulher.

Para a agricultura, o governo federal, através do Plano Safra (acumulado de 01/2024 a 05/2024) celebrou 95 contratos, destinando R$ 350,07 milhões, além de celebrar para o agronegócio 87 contratos num total de R$ 349,52 milhões em crédito concedido. Já para a agricultura familiar foram celebrados, através do Pronaf, oito contratos, no valor R$ 553,94 mil em crédito concedido.

Nosso Rio, 257 anos entre lendas e lutas

Alex Madureira é
Deputado Estadual, PL, Corregedor da Alesp

"Hoje, com empresas multinacionais, a terra até então conhecida pelo seu "R" arrastado, seu falar caipira, virou poliglota e já conversa em inglês, mandarim, coreano, italiano, japonês, espanhol para os povos para além da nossa América..."

Há 257 anos, noutro 1º de agosto, reza a história local, que por aqui aportou o Capitão Antonio Correa Barbosa, com seus barcos e seguidores, com a missão de fundar um novo povoado. Imagino barcos e batelões que o seguiram com viveres, munição e implementos para a empreitada, que deveria ter aportado noutro local, mas, encantado com o Salto do rio Piracicaba, por aqui fez morada. Forneceu espaço para os primeiros moradores. E o povoado abriu-se a lavoura do café e da cana de açúcar às olarias, caça e pesca, fartas naquele período.

Para servir de ligação com uma estrada que nos levasse até o Paraguai, prenúncios de uma vocação internacionalista, do outro lado da margem do rio Piracicaba, subia a rua a qual foi chamada de Picadão do Mato Grosso, Caminho de Itu, Rua do Porto, Rua Direita e o nome atual, Moraes Barros, homenagem a um pioneiro da política local. E no alto daquela rua, em suas origens, construiu sua Catedral de Santo Antonio, hoje com seus 250 anos de religiosidade católica em favor do povo da cidade.

Do rio daqueles dias vieram lendas, como a narrada pelo folclorista Waldemar Iglésias Fernandes, de que, exatamente à meia noite, o Rio Piracicaba parava se jogar suas águas pelo véu da noiva e pelo salto, para enamorar-se da Noiva da Colina, como assim também ficou conhecida nossa cidade.

Das lendas às lutas e eis que a cidade cresceu, agigantou-se, industrializou-se, aperfeiçoou suas moradias, seu comércio, indústria e os saberes das suas escolas municipais, estaduais, universidades, ajudaram-na a pular as barrancas do nosso rio famoso, com seus conhecimentos e atitudes. Hoje, com empresas multinacionais, a terra até então conhecida pelo seu "R" arrastado, seu falar caipira, virou poliglota e já conversa em inglês, mandarim, coreano, italiano, japonês, espanhol para os povos para além da nossa América, com quem comercializa seus produtos e acolhe com os seus serviços os viajantes estrangeiros que por aqui aportam para estudar ou fazer seus negócios.

Mas o nosso velho Rio, sempre acolhedor desde o princípio dos nossos dias, tem passado por dificuldades imensas. O crescimento populacional do nosso Estado fez com que boa parte das suas águas fosse revertida para abastecer a região metropolitana de São Paulo. E com essa ação, as águas que batiam nas margens, hoje escasseiam nos tempos de estiagem. Mas não sem o clamor da nossa gente, esperançosa por novos dias para o velho Rio. São exemplares e gloriosos os momentos de união da sociedade em prol de campanhas como a "Estamos de luto pela morte do Rio Piracicaba", nos anos de 1970, com a inauguração da Praça do Protesto Ecológico, cuja placa surpreendentemente "sumiu" do local original. Ou mesmo a agonia recente que vimos com despejos de resíduos industrias da região, que mataram milhares de peixes no Rio Piracicaba e mais adiante, no Tanquã, o que nos obriga a permanecermos sempre vigilantes para equilibrarmos crescimento, desenvolvimento, com qualidade de vida aos piracicabanos e, em especial ao povo ribeirinho. Parabéns terra "que adoramos tanto".

Hyundai patrocina etapa piracicabana da Fórmula SAE, competição universitária voltada aos futuros engenheiros

Em sua 20ª edição, competição tem participação média de 1.500 estudantes, de mais de 130 instituições de ensino, e consiste na concepção técnica, execução e montagem de um veículo de alta performance

20 FÓRMULA SAE BRASIL

A Hyundai Motor Brasil participa da 20ª edição da Fórmula SAE, competição universitária voltada aos estudantes de engenharia e realizada pela SAE Brasil. O evento acontece entre os dias 01 e 04 de agosto, no Esporte Clube Piracicabano de Automobilismo, e consiste em uma série de provas que testarão os jovens no desenvolvimento e execução de um carro de corrida monoposto. A competição foi criada pela SAE Brasil, associação dedicada a inovações voltadas à mobilidade, para promover a aplicação prática de conhecimentos adquiridos em sala de aula.

Além do patrocínio, a Hyundai marca presença na competição por meio do estande onde promove diversas atividades para estudantes e visitantes que desejam conhecer um pouco mais sobre a fabricante sul-coreana. Um quiz de conhecimentos gerais sobre a multinacional oferece brindes para os participantes, que podem ver de perto modelos como o CRETA e o Novo HB20. Também há a oportunidade de visitação à fábrica da Hyundai em Piracicaba, por meio da organização de grupos, e a realização de test drives na pista do Clube de Automobilismo.

"Na Hyundai, estamos comprometidos em liderar a revolução da mobilidade. A inovação está no coração do que fazemos, desde a criação de veículos elétricos e de célula de combustível até o desenvolvimento de tecnologias autônomas. Os jovens engenheiros são o motor que impulsiona essa inovação. Seu entusiasmo e visão são fundamentais para enfrentar os desafios da mobilidade do futuro. Convidamos todos os estudantes de engenharia a se unirem a nós nessa jornada emocionante e a contribuírem para um futuro em que a mobilidade é sinônimo de progresso e sustentabilidade", afirma Fernando Vaz, diretor de Recursos Humanos da Hyundai Motor Brasil e da Hyundai Motor para as Américas Central e do Sul.

A Fórmula SAE Brasil reúne em média 1.500 estudantes, de mais de 130 instituições de ensino em todo o país, por edição da competição. Este ano, além da tradicional disputa de modelos com motor a combustão, também será incluída a competição de modelos com motor elétrico. Os vencedores de cada categoria se classificam para a disputa da Fórmula SAE Internacional, que será realizada nos Estados Unidos e reunirá os vencedores de universidades espalhadas por todo o mundo.

Serviço

Fórmula SAE Brasil

Data: de 01 a 04 de Agosto

Local: Esporte Clube Piracicabano de Automobilismo - Rodovia SP 135 Km 13,5 – Piracicaba - SP

Horário: das 9h às 18h

Ingressos: Entrada Franca

Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região reuniu mais de 300 pessoas em Arraiá

Noite foi recheada de comida boa, música de qualidade e muita alegria com a quadrilha

Fotos: Divulgação

Na última sexta-feira (26), o Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região (SindBan), reuniu cerca de 300 pessoas no Arraiá do SindBan – a Festa Julina dos Bancários, realizada no Banespinha. Com entrada franca e estacionamento gratuitos, a festa contou com espaço kids com monitores, comidas e bebidas típicas, música ao vivo e quadrilha.

O evento que foi organizado pela equipe do SindBan, sob a coordenação da presidente em exercício, Angela Savian, teve ainda parceiros que contribuíram para a realização da festa. Para Angela, "este é um dos eventos que estamos realizamos para a comemoração de 65 anos do Sindban, que será em outubro, mas já começamos a celebrar, os bancários e bancárias apreciam muito nossos eventos e temos bons parceiros, uma equipe dedicada e foi realmente um sucesso, estamos muito felizes", comemora a presidente em exercício.

A quadrilha do Grupo Guarantã, o mesmo que faz a Paixão de Cristo em Piracicaba, se apresentou logo no início da festa, os dançarinos e dançarinas estavam vestidos à caráter e com muita graça e alegria divertiram o público com a tradicional quadrilha que contou com o tradicional casamento na roça.

Na sequência, Tom Müller e banda alegrou os convidados com música ao vivo, o forró executado pela banda na voz do cantor, reuniu o público que não se intimidou e dançou ao som das tradicionais músicas de festas populares. O cantor piracicabano fez questão de executar as músicas atuais e unir o tradicional ao moderno, agradando assim todas as gerações presentes.

A festa julina teve ainda muita comida e bebidas típicas, com um cardápio que incluiu cuscuz, cachorro-quente e espetinhos, além do quentão e do vinho quente. O público fez fila para comer as delícias da festa. A parceria com Tercerinho da COHAB Futebol Clube, garantiu as bebidas do arraiá. O diretor do SindBan, Aldo Luis Rocha, comenta que, "reunir os amigos, a família e passar bons momentos é especial, estaremos completando 65 anos de muita história em breve e temos muito trabalho pela frente, precisamos nos divertir às vezes, todos nós merecemos", conclui Aldo.

65 ANOS DO SINDBAN - O Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região é atuante na defesa dos bancários e na construção de uma sociedade mais justa, se envolvendo em diversas atividades culturais, esportivas, educacionais e na organização dos trabalhadores e na luta por seus direitos. Agora, rumo aos 65 anos, o SindBan quer caminhar cada vez mais junto com Piracicaba e toda a sociedade. Hoje o SindBan está presente na vida dos bancários e de nossa cidade. Com uma das melhores convenções coletivas e acordos coletivos de trabalho do país com mais de 300 artigos, além de uma diretoria com diretores em 130 agências de 12 bancos em 23 municípios da região, além de profissionais na área de saúde como psicólogos, advogados e convênios no comércio, indústria, educação, saúde e serviços.

Bancários curtiram o Arraiá do SindBan

Cris Deronsi e Carlos Renato Silva juntos de seus familiares

Maria Eunice, Rui Pezolato e Angela Savian

Paiva, Vilma, Maria, Helena e Antonella

Quadrilha foi executada pelo Grupo Guarantã

Tom Müller e bancários ao final do Arraiá

Preservar a saúde é também cuidar para que o tanque nem sempre esteja cheio

José Antonio Fernandes Paiva

A lei nº 7.951, de 8 de julho de 2014, de minha autoria, dispõe sobre a proibição dos postos de combustíveis em abastecer os veículos após ser acionada a trava de segurança da bomba de abastecimento. Ela proíbe, no município de Piracicaba, que postos de combustíveis permitam preencher o tanque de combustível dos veículos após o travamento automático de segurança da bomba de abastecimento.

Descumprir a lei implica em: advertência, na primeira autuação; na primeira reincidência ocorre multa no valor de R$ 1.000 reais corrigidas, anualmente, pelo índice oficial da inflação adotado pelo município, dobrada a cada reincidência. E, após a quarta reincidência pode haver a suspensão da licença ou alvará de funcionamento do estabelecimento.

A medida surgiu da necessidade de proteger os frentistas da inalação do gás benzeno, principal responsável pelos casos de câncer na categoria. A quantidade que está especificada nos carros como limite para o abastecimento é de, no mínimo, 10% menos da capacidade máxima do tanque. É justamente por isso que as bombas possuem uma trava de segurança que impede que o combustível chegue até a borda.

O benzeno é um composto orgânico classificado como um hidrocarboneto, e é bastante utilizado como matéria-prima nas indústrias, em processos laboratoriais, em companhias siderúrgicas e em indústrias petroquímicas para o refino do petróleo. A curto prazo, o benzeno pode causar tonturas, sonolência, aceleração do batimento cardíaco, convulsões e desmaios.

Por ser um líquido volátil, o benzeno libera gases com facilidade e, por isso, a contaminação por benzeno ocorre, principalmente, pelas vias respiratórias. A maior parte do benzeno liberado no meio ambiente resulta da ação humana, principalmente nas atividades industriais, mas pode ser liberado como subproduto de queimadas.

O benzeno é uma das substâncias constituintes do petróleo e está presente na gasolina, sendo lançado na atmosfera pela queima dos combustíveis dos automóveis. Além disso, ele também é encontrado em refrigerantes e no cigarro.

Cerca 83% dos casos de câncer dos trabalhadores do setor ocorrem por meio da inalação do benzeno. A emissão dos vapores tóxicos é eliminada quando o abastecimento do veículo para no momento indicado pelo sinal da bomba. Portanto, é preciso ter responsabilidade socioambiental, preservar os ambientes para as presentes e futuras gerações, daí a importância da lei e, principalmente de cumprirmos a lei, preservando a saúde de todos.

3 Pontos para prestar atenção para acertar na locação de um galpão

Consultoria especialista Frias Neto For Business destaca dicas para melhor negociação

Fotos: Divulgação

"Galpões com perfis logísticos ou industriais tendem a serem diferentes entre si e muitas vezes a localização de um é ideal, porém sua estrutura não"

Uma consultoria especialista faz diferença na hora de acertar na negociação do seu imóvel, por isso, a Frias Neto Consultoria de Imóveis, através de seu setor voltado exclusivamente para imóveis comerciais, industriais e logísticos, o Frias Neto For Business para trazer quatro pontos essenciais para prestar atenção durante a locação de um galpão.

Localização:

Este é um ponto estratégico e varia de acordo com o tipo de operação da empresa. Entre os fatores para considerar a localização estão o fácil acesso às principais áreas da cidade e rodovias, estrutura do local, além da comodidade para os trabalhadores.

Vale lembrar que diferentes locais representam diferentes valores de metro quadrado, condomínios logísticos e distritos industriais têm imóveis diferenciados em estrutura, o que também diferencia o valor.

Estrutura e tipo de ocupação:

Olhe para o perfil do seu negócio e defina quais partes estruturais devem estar presentes. Vale destacar aqui a importância, em muitos casos, em pontes rolantes, pisos de alta resistência e pé direito alto.

Galpões com perfis logísticos ou industriais tendem a serem diferentes entre si e muitas vezes a localização de um é ideal, porém sua estrutura não. Aqui, cabe a consultoria de um especialista que te direcionará para a melhor opção e muitas vezes fará a mediação para que as mudanças na estrutura sejam acertadas em contrato e de comum acordo.

O perfil do negócio define quais partes estruturais devem estar presentes

Tipo de ocupação:

Além de existirem diferentes tipos de galpões é necessário considerar o futuro do seu negócio, avaliando a possibilidade de expandir para propriedades ao redor ou mesmo através de reformas que aumentem a área útil do imóvel. Também é necessário verificar, em casos de condomínios, se essas expansões são permitidas.

Uma consultoria especialista faz toda a diferença:

Com o mercado aquecido, a concorrência por espaços fica acirrada, e aqui, uma consultoria especialista no mercado imobiliário, principalmente voltado para imóveis comerciais, industriais e logísticos é essencial para que sua negociação seja assertiva, tranquila e transparente.

Frias Neto For Business:

A Frias Neto Consultoria de Imóveis disponibiliza um setor exclusivo voltado para a comercialização de imóveis comerciais, industriais e logísticos, o Frias Neto For Business que conta com profissionais especialistas dedicados a este segmento do mercado.

Há 35 anos como agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário de Piracicaba, a imobiliária possui recordes que traduzem sua exclusividade na negociação de imóveis. Atualmente, é a imobiliária mais lembrada pelos piracicabanos segundo Top Of Mind há 12 anos consecutivos, possui R$5 bilhões em ativos sob gestão e conta com o recorde de 1.1 imóveis comercializados por hora.

Para consultar um especialista For Business, **clique aqui.**

O pioneirismo da Rádio Difusora de Piracicaba

Marcelo Bandeira, é jornalista formado pela Unimep, com especialização em comunicação e da equipe da TV Câmara de Piracicaba

Introdução

A Rádio Difusora AM de Piracicaba (SP) entrou no ar em 12 de outubro 1933 com o nome de Rádio Clube. Com a ajuda de alguns eletricistas, o precursor João Sampaio Góes adquiriu componentes eletrônicos que iriam servir para montar um pequeno transmissor, que viria a irradiar a potência de 25 watts. O nome Clube permaneceu até 1944, quando a emissora passou por um processo de transformação, tornando-se oficialmente a Rádio Difusora de Piracicaba S.A., nomenclatura que preserva até os dias de hoje.

Atualmente a empresa conta com dois canais de comunicação: AM - Amplitude Modulada (650 KHz) e FM - Frequência Modulada (102,3 Mhz). O processo de migração do AM (650 KHz) para a transmissão em estéreo é aguardado pela direção administrativa da organização.

Os primeiros tempos

Uma das primeiras emissoras de rádio a ser inaugurada no país! Ainda hoje a Difusora é conhecida pelos piracicabanos mais saudosistas pelas letras PRD6, em alusão ao seu antigo prefixo. Neste artigo aborda-se o surgimento dos canais AM e FM, o pioneirismo no município e a provável migração do seu canal de amplitude modulada para frequência modulada.

No início, Piracicaba era uma cidade de provinciana na década de 1930 quando João Sampaio Góes, em 12 de outubro de 1933, implantou a Rádio Clube AM. O experimento se deu após ele conseguir alguns componentes eletrônicos em uma determinada loja que comercializava produtos elétricos no centro da cidade. E deu certo. Surgia naquela data, com apenas 25 watts, uma das emissoras paulistanas que se tornaria referência no município, na região e no país.

A programação teve início às 8h da referida data e se estendeu até o dia seguinte com os cumprimentos de autoridades, comerciantes e colaboradores da época. Cantores, bandas musicais e orquestras fizeram apresentações no primeiro dia de transmissão radiofônica em Piracicaba.

Segundo Guarda JR (2003), o início para o custeio da então Rádio Clube deu-se por meio de contribuições dos próprios ouvintes, que pagavam uma taxa mensal para suprir as despesas da pioneira. Mas esses recursos não eram suficientes, o que obrigou o seu fundador a despender dinheiro próprio para a manutenção da rádio, o que a tornaria inviável economicamente.

Colaboradores, funcionários e contribuintes recebiam uma carteirinha de "sócio", que dava direito a entrar em apresentações em circos de Piracicaba. Havia um serviço de autofalante que espalhava informações pelo ar na Praça José Bonifácio, quando Sampaio Góes decidiu empreender e montar a primeira rádio da cidade (NETO, 2010) Primeiro locutor da Clube, Enéias Lemaire de Moraes – em depoimento a um caderno especial dos 50 anos da Rádio Difusora no Jornal de Piracicaba, no ano de 1983 – afirmou que cursava a faculdade de direito, Moraes Barros, em Piracicaba, na companhia de João Sampaio Góes quando a rádio foi colocada no ar. Moraes relatou na reportagem especial do matutino, que à época era cobrado um valor de cinco mil réis dos associados, numa espécie de clube.

O primeiro cobrador, segundo Moraes, foi Fued Helou Kraide, um dos comerciantes mais tradicionais da época. As transmissões ocorriam diariamente das 12h às 17h30 e, à noite, das 19h às 22h30. Uma das dificuldades da Rádio Clube é que a emissora não possuía discoteca, sendo que os próprios ouvintes, sócios e demais colaboradores emprestavam discos – que eram executados em 78 rotações - durante a programação, que era educativa, cultural e popular (GUARDA JR., 2003). Desde a sua inauguração em 1933, a Difusora não teve outra sede. Sempre transmitiu do sobrado localizado na Praça José Bonifácio, 833, área central do município.

O primeiro estúdio e microfone foram instalados no porão do imóvel, sendo que antena e transmissor foram alocados no telhado do Teatro São José, edifício vizinho à Difusora, que resiste até hoje.

Mudança de nome e de proprietários

Em 1944, a Rádio Clube dava lugar à Rádio Difusora (PRD6) S.A. O então radialista e, posteriormente, diretor artístico da emissora, Nélio Ferraz de Arruda – quando ouvido pelo Jornal "A Província" – contou que à época não existia a televisão e, o rádio, era a coqueluche. Segundo ele, os ouvintes escreviam cartas à emissora sugerindo outro final para uma novela que estava sendo veiculada. Arruda foi locutor, diretor artístico, como consta no Suplemento especial em comemoração aos 50 anos da Rádio Difusora. Jornal de Piracicaba. Piracicaba, 16 de outubro de 1983.

Pela sua popularidade, entrou para a política tornando-se vice-prefeito na chapa do então prefeito Luciano Guidotti. Com a morte de Guidotti, assumiu a Prefeitura Municipal de Piracicaba. A emissora, agora com o nome de Difusora, continuava no ar, mas não era uma referência em lucros. A programação recebia contribuições voluntárias, como foi o caso dos piracicabanos Alcides Zagato, Victorio ngelo Cobra (seresteiro Cobrinha), Geraldo Toledo, Arlindo Lara, Bráulio Azevedo, Nair Gomes da Cunha, Ruy Ramos entre outros. O processo de transformação total da rádio nas áreas artísticas, cultural e comercial teve início em 1950, quando o casal Aristides e Maria Conceição Figueiredo adquiriu a emissora.

Os novos mandatários já tinham experiência na área de radiodifusão, sendo que eram proprietários da antiga PRC6, em Uberlândia (MG). João Sampaio Góes vendeu à emissora porque acreditou que a televisão – que surgiu em 18 de setembro de 1950 -, ou seja, no mesmo ano da venda da Difusora, iria acabar com o rádio. Guarda JR. (2003) relata a ascensão da organização após a troca de direção: Foi, também, nesta fase, que a Difusora passou a movimentar sua programação com maior intensidade com a implantação de rádio teatro, novos programas de auditório e promoção de grandes shows com a participação de orquestras famosas, tais como: Cassino de Sevilha, Xavier Cugat, Ruy Rei, além de artistas famosos, como: Nelson Gonçalves, Marlene, ngela Maria, Emilinha Borba, Carlos Galhardo, Alvarenga e Ranchinho entre outros (GUARDA JR., 2003).

Nova fase

A nova fase se consolidava com a contratação de profissionais do microfone. Locutores como Benê Marques, Cacilda Azevedo, Carlos Cantareli, além daqueles que se tornariam conhecidos do público nacionalmente – como foi o exemplo de João Baptista Bellinaso Neto (o Léo Batista, da Rede Globo de Televisão), e os saudosos Gil Gomes (SBT), Fiori Gigliotti (Rádio Bandeirantes AM de São Paulo) e Ivo Morgante foram convidados para atuar na emissora piracicabana.

Mesmo com o advento da TV Difusora (PRF-3 Tupi-SP), implantada por Francisco de Assis Chateaubriand Bandeira de Mello em 18 de setembro de 1950 na capital paulista, com transmissores e antena instalados no topo do edifício Altino Arantes, conhecido pelos paulistanos de "Banespinha", a Difusora não se deixava abalar, pois os seus programas realizados nos estúdios e em seu auditório eram bem ouvidos e vistos no interior do Estado de São Paulo.

Na década de 1940, o locutor esportivo – hoje profissional da TV Globo "Léo Batista", de terno branco e óculos - o segundo da direita para a esquerda - acompanhava a visita do sanfoneiro Luiz Gonzaga nos estúdios da Difusora. Foto: cedida por João Luiz Almeida. "A Emissora das Grandes Realizações". Foi assim que definiu o então gerente comercial da rádio, Francisco da Silva Caldeira, ao ser entrevistado pelo jornal "A Província", no ano de 1988. O profissional, que 35 anos mais tarde, viria a ser proprietário da extinta Rádio Alvorada de Piracicaba, trabalhava nos bastidores. Não gostava de falar ao microfone. À época foi convidado por Aristides Figueiredo para assumir o departamento comercial da empresa.

Fachada Rádio Difusora de Piracicaba

Aristides Figueiredo e Conceição Soares

Após deixar a Difusora, com a sua experiência Caldeira transferiu-se para a rádio concorrente A Voz Agrícola do Brasil, de propriedade da antiga Rede Piratininga de Comunicação – detentora de diversas emissoras pelo país. A Rádio A Voz Agrícola permaneceu ainda um tempo com essa nomenclatura, quando decidiu alterar o nome para A Voz de Piracicaba. Com a crise no grupo Piratininga – e consequentemente a rádio A Voz de Piracicaba estar em iminência de ser lacrada pelo extinto Dentel.

Locutor João Luis Almeida Filho, no antigo estúdio da Rádio Difusora – PRD6, apresentando um noticiário no microfone conhecido nos meios radiofônicos como "boca de jacaré". Foto: João Luis Almeida.

A Difusora teve uma grande baixa no ano de 1962. Naquele ano morria Aristides Figueiredo, o proprietário da emissora. O comando geral foi transferido para Maria Conceição Figueiredo, esposa de Aristides. Após três anos, sozinha à frente da empresa de comunicação, Maria Conceição convida a sua sobrinha Maria Conceição Pippa e seu noivo José Roberto Soave a integrar à direção administrativa da rádio. Tinha início, naquele momento, em 1965, sob a orientação de José Roberto Soave, a consolidação do esporte e jornalismo nas ondas da Difusora AM.

Os programas de auditório – à época tão consolidados – foram perdendo atratividade perante o público. As emissoras que possuíam auditórios – como era é o caso da Difusora – foram obrigadas a passar por um processo de transformação, o que culminou no fortalecimento do jornalismo e prestação de serviços à população, além da promoção de gincanas e apoio ao carnaval de rua com transmissão dos desfiles. E assim se deu.

Para essa nova estratégia, a Difusora foi buscar em Avaré (SP) o jovem José de Oliveira de Garcia Netto. "Os Cardeais da Notícia", "A Equipe Verdade", "Os Intocáveis" e o "Opinião de Garcia Netto" foram criados sob o comando e apresentação do novato. Foi narrador oficial das principais partidas em que jogavam o Esporte Clube XV de Novembro de Piracicaba e seus adversários. As transmissões esportivas ganharam uma nova linguagem, o que consolidava a Difusora como uma referência no esporte e no jornalismo. A voz de Garcia Netto se calou quando ele sofreu um acidente automobilístico na rodovia Fausto Santomauro – que liga Piracicaba a Rio Claro (SP) – no dia 15 de março de 1973.

A Difusora emudecia e o rádio piracicabano perdia uma das mais brilhantes mentes da comunicação radiofônica. Em 1990, a Prefeitura Municipal de Piracicaba nomeou o ginásio anexo ao ginásio municipal Waldemar Blatkauskas de "Miniginásio Garcia Netto", em alusão ao comunicador que se tornou popular em Piracicaba. Alguns programas marcaram época na programação da PRD6, como foi o caso de "Cortina de Veludo", apresentado por Nélio Ferraz de Arruda e Eduardo Fernandes Filho.

A atração contava com crônicas, números musicais e poesias, fato que acabou chamando a atenção de ouvintes de outros estados. Outro programa conduzido por Arruda foi o "Isto Mesmo, está Errado". Tratava-se de um humorístico que acabou sendo um dos adorados dos ouvintes, além de outros já citados neste artigo.

A Difusora foi um grande celeiro de políticos, pois os radialistas Ary de Camargo Pedroso, Nélio Ferraz de Arruda, Roberto Morais e Lair Braga se embrenharam na política municipal e estadual. Pedroso foi eleito deputado para a Assembleia Legislativa Paulista; Nélio Ferraz de Arruda tornou-se prefeito quando da morte do então Luciano Guidotti. Já, Morais, iniciou na Câmara de Vereadores de Piracicaba sendo eleito vereador por dois mandatos. Atualmente o parlamentar está no quinto mandato consecutivo por Piracicaba na Assembleia Estadual. Apresentou, na Difusora, os programas "Manhã Total" e "Sábado na Difusora" quando era funcionário da empresa. Lair Braga foi eleito vereador pelos municípios de Charqueada e Piracicaba, sendo que finalizou seu mandato no dia 31 de dezembro de 2020, após ter sido eleito vereador, por Piracicaba, em 1º de janeiro de 2017.

A chegada da FM

O surgimento da Rádio Difusora FM A Difusora AM seguia seus propósitos de levar jornalismo, esporte e prestação de serviços à população que recebia o sinal da precursora, já que a emissora não transmitia somente para Piracicaba. Ouvintes de toda a região participavam de seus programas apresentados por seus locutores. Um grande feito para a organização foi à implantação da emissora de frequência modulada no prefixo 102,3 MHz, que se mantém até hoje. Em 1977 o Ministério das Comunicações autorizava para o município a primeira emissora que viria a transmitir a programação em estéreo e em frequência modulada. Maria Conceição Pippa Soave relatou em 2003, que seu sobrinho, José Roberto Soave, foi aos Estados Unidos e comprou equipamentos para estúdios e transmissão, considerados à época, de última geração: Ele foi para os Estados Unidos visitar emissoras de rádio que já trabalhavam com esta frequência. Comprou todos os equipamentos e veio embora.

Fez um empréstimo imenso em dólar e naquele tempo do AI-5. Todo mundo o chamava de louco. Um jornal da cidade publicou: Zé Soave, um louco (SOAVE, 2003). O jornalista Edson Rontani Júnior foi um dos operadores de som da Difusora FM nos anos 1980, no início de sua carreira na área de comunicação. Ele detalha que a emissora, no início de suas transmissões, primou pela execução de músicas do estilo "som ambiente", ou seja, sem a participação de locutores.

Quando a rádio entrou no ar em frequência modulada, os piracicabanos recebiam as ondas da extinta Rádio Andorinha FM – atualmente Nova Brasil FM (103,7 MHz), de Campinas (SP), município distante 70 quilômetros de Piracicaba, que apresentava o mesmo estilo de programação. "Tínhamos ainda a rádio Cultura Municipal de Amparo (102,9 MHz - SP), a Estereossom, de Limeira (99,9 MHz - SP), e a Rádio Clube de Rio Claro (94,3 MHz - SP).

Leo Batista

Antiga equipe esportiva da Difusora

Primeiro estúdio – aquário - da Rádio Difusora FM, dotado de dois toca-discos, duas cartucheiras, mesa de som, porta cartuchos e gravadores de rolo. O sonoplasta da foto é o hoje jornalista Edson Rontani Jr. Foto: erjcomunicacoes.

A modernização, aponta Vieira (2013), não se deu apenas na compra de equipamentos para a nova emissora de frequência modulada, mas para estúdios e parque de 11SOAVE, Maria Conceição Pippa. Entrevista constante na monografia: "Rádio Difusora de Piracicaba (1993/2003): 70 anos de história

Além de ser pioneira, também na frequência modulada, a organização investia na precursora, ou seja, na Difusora AM, com modernos equipamentos eletrônicos que possibilitaram o aumento de potência e a melhora na qualidade do áudio. Reportagem do Jornal de Piracicaba, publicada em 12 de outubro de 1979, revelou que a empresa investiu mais de R$ 5 milhões de cruzeiros na compra dos componentes eletrônicos e transmissores, importados por José Roberto Soave.

Até mesmo o prédio localizado na Praça José Bonifácio, sede das emissoras, passou por uma grande reestruturação para abrigar as rádios. A época, matérias jornalísticas apontavam que a Difusora FM era a mais potente do interior paulista, com um transmissor da marca Gates, irradiando do parque de transmissão implantado no bairro Capim Fino, situado às margens da rodovia Fausto Santomauro – a Piracicaba – Rio Claro. O sistema irradiante da emissora continua nesse local e tem autorização da Anatel para irradiar a potência final de 50 mil watts, o que garante uma excelente abrangência em Piracicaba e na região.

A Difusora FM possui uma programação musical em Hit Parade (sucessos) dirigida ao público feminino na faixa etária dos 10 aos 49 anos. Com variedade musical, promoções, quadros com a participação do ouvinte e prêmios, o que vem colocando a rádio em lugar de destaque na cidade. A emissora FM conta com uma plástica moderna e dinâmica, compatível com o lugar que ocupa entre as principais emissoras do país.

Com potência final de 5000 watts de seus transmissores, a emissora AM abrange os municípios paulistas de Piracicaba, Rio Claro, Limeira, Tietê, Águas de São Pedro, São Pedro, Santa Bárbara d' Oeste, Americana, Nova Odessa, Saltinho, Cerquilho, Laranjal Paulista, Santa Maria da Serra, Itapetininga, Campinas, Porto Feliz entre outros. Posteriormente, em 1982, o Ministério das Comunicações autorizava para Piracicaba mais duas concessões de FM: uma para Rádio Alvorada LTDA – atual Jovem Pan News – e a outra para a Rádio Educadora AM. Ambas colocaram no ar em 1983 e 1986, respectivamente, as suas emissoras FMs. Atualmente o município conta com oito concessões de radiodifusão outorgadas pela Anatel (Agência Nacional de Telecomunicações).

São elas: Rádios Difusora AM (650 KHz) e FM (102,3 MHz); Rádios 16Educadora AM (1060 KHz) e FM (103,1 MHz); Rádio 97 FM17 (97,1 MHz); Rádio 13O antigo parque de transmissão da Rádio Difusora era na avenida dos Marins, às margens do Rio Piracicaba. Atualmente está no bairro rural Godinhos. Transmissor importado dos Estados Unidos 15Site: www.portaldifusora.com.br. Acesso em 24 set. 2019 Espaço onde estão localizadas as emissoras no rádio. Rádio 97 FM é a antiga Alvorada FM. Atualmente transmite a programação religiosa da Igreja Universal do Reino de Deus. Jovem Pan News AM18 (910 KHz), Rádio Educativa FM (105,9 MHz) e Rádio comunitária Nova Cidade FM19 (90,9 MHz).

A Difusora atual

Já, nos anos 2000, a Rádio Difusora inauguraria seus novos estúdios, após uma reforma geral que proporcionou a acomodação da empresa em amplas e modernas instalações, no mesmo local de origem, ou seja, Praça José Bonifácio, 815. Desde o investimento de novos equipamentos importados dos EUA na década de 1980, as emissoras continuam com a mesma potência – 5.000 watts para a AM e 50.000 watts para a FM. Houve, sim, uma modernização em sua sede, o que possibilitou a criação de estúdios novos e digitais com equipamentos de última geração. Equipamentos modernos estão instalados nos estúdios das emissoras AM e FM.

Uma das grandes perdas para Piracicaba foi o fato de a Difusora AM deixar de transmitir as partidas do Esporte Clube XV de Novembro, sendo que a emissora era tradicional nas transmissões esportivas. Um de seus principais colaboradores, o radialista Gerson Mendes – carioca de Petrópolis (RJ) – deixou a rádio em 2018, depois de 30 anos transmitindo as partidas do XV e apresentando programas esportivos nos períodos diurno e noturno.

O Jornal da Difusora – uma das atrações tradicionais – é apresentado diariamente pelo radialista Vanderlei Albuquerque no horário das 11h30 às 12h com informações do município, do Estado, país e do mundo. Há as participações de repórteres de agências de notícias da Radioweb (agência que fornece informações para emissoras parceiras). A sua torre de transmissão – imponente nas margens do Rio Piracicaba – foi transferida para uma área rural do município, no bairro de Godinhos. A gerente comercial da emissora, Andrea Pippa Soave, acredita que a migração do AM para o FM "aumentará a abrangência para novos públicos, uma vez que o alcance e o som em frequência modulada são bem melhores". Fachada das Rádios Difusora AM (650 KHz) e FM (102,3 Mhz). Empresa está nesse prédio desde a fundação, em 1933.

A sua madrugada com as melhores músicas; 4h/7h – Festa Sertaneja: Muita música sertaneja: apresentação Robson Valério; 7h/7h30 – Jornal Primeira Hora – Noticiário completo com os principais assuntos da cidade, do Estado, do país e do mundo; 7h30/11h – Manhã Total. Músicas variadas, prêmios, notícias, novelas etc. Apresentação: 11 Ary Jones; 11h/11h30 – Resenha Esportiva 1ª edição. Programa com resumo e comentário de esportes em geral, a nível local e regional. Apresentação de Vitor Prates 11h30/12h – Jornal da Difusora: política, cotidiano, cultura e esporte. A informação e a prestação de serviços; 12h30/13h – Os Donos da Bola: Apresentado por Sérgio Patrick, o programa informa os principais fatos do esporte, com a participação de convidados ao vivo e de toda a equipe da Bandeirantes; 13h/14h – Bora Brasil – programa informativo com muitas entrevistas e informações; 14/17h – Programa Musical.

Músicas variadas, prêmios, alto astral; 17h/17h55 – Bastidores do Poder: entrevistas ao vivo sobre temas em destaque no dia. Palavras de colaboradores sobre saúde, educação, qualidade total, publicidade, vinhos, gastronomia e tecnologia da informação; 17h55/18h – Mensagem de Reflexão – Ave Maria; 18h/19h - Programa Resenha Esportiva. Apresentação: Vitor Prates; 19h/20h – A Voz do Brasil20; 20h/24h – Começando a noite para uma madrugada tranquila e gostosa, ouvindo as melhores músicas de todos os tempos da programação da Difusora. Central de Jornalismo Difusora: Notícia de hora em hora: 9h/10h/11h/14h/15/16h/17h/20h/21h e 22h. Fonte: www.portaldifusorapiracicaba.com.br. Acesso em 07 jan. 2021. Já a programação da Rádio Difusora FM (102,3 MHz) está postada com estas informações. A saber: 0h/4h – Madrugada Difusora: Sucessos atuais, além dos hits do passado.

Músicas nacionais e internacionais variadas: MPB, pagode, dance, pop; 4h/9h – Sertanejo Nota 10: Grandes sucessos sertanejos; 09/12h – Manhã Alto Astral: Programa musical com a participação de ouvintes, dicas, informações, prêmios e muito mais; 12h/13h – Flashback Difusora: Programação com as melhores músicas das décadas de 70, 80 e 90; 13h/17 – Programação variada e popular com prêmios e participações, além do quadro: Alô Difusora (das 14:00 às 15:00) e As Melhores da Difusora (15:00 às 16:00); 20 Informativo do Governo Federal, Câmara dos Deputados, Senado Federal e Supremo Tribunal Federal. 12 17h/19h – Rodeio Difusora: O melhor da música sertaneja no final de tarde; 19h/20 – A Voz do Brasil; 20h/24 – As Melhores da Difusora: As músicas mais pedidas por nossos ouvintes durante a programação. Fonte: www.portaldifusorapiracicaba.com.br. Acesso em 07 jan. 2021.

O futuro da emissora

Com o surgimento das redes sociais, o rádio sofreu um grande revés porque o ouvinte deixou de ligar nas emissoras para solicitar músicas, já que o Youtube, por exemplo, disponibiliza não só canções, mas vídeos de outras naturezas. Outro grande problema enfrentado, principalmente, pelas emissoras de AM são as interferências atmosféricas. Em determinados locais, como é o caso do centro da cidade, a sintonia fica prejudicada devido ao chiado. O Ministério das Comunicações – por meio da Anatel – é o detentor de todas as concessões de rádio do país, sendo que está autorizando, gradativamente, a migração do AM para o FM depois de observada a disponibilidade no dial.

A proprietária da emissora encara o crescimento das redes sociais como uma forma de alavancar os negócios, já consolidados pela organização: Não vemos como concorrência e, sim, como ferramentas para alavancar os negócios. Acreditamos que novas ideias irão surgir para que o rádio se modernize cada vez mais e alcance novos horizontes. Estamos no Facebook, Instagran e Youtube (SOAVE, 2021). As receitas publicitárias, até então compartilhadas com a mídia impressa e televisiva, passaram a ser divididas, também, com as redes sociais, além de blogs e sites pessoais. A Rádio Jovem Pan da capital paulista, a exemplo de outras espalhadas pelo país, adaptaram seus estúdios para transmissões por TV.

É possível o ouvinte acessar o site da emissora para ouvir e visualizar o conteúdo simultaneamente. Com o slogan "A Rádio que Virou TV", a Jovem Pan iniciou suas transmissões para o formato de televisão a partir das 6h da manhã, de segunda a sexta-feira. A Difusora tem câmera nos estúdios, mas ainda não produz conteúdo específico para a web, apenas disponibiliza o áudio. Informações da Agência Brasil (2019) apontam que 1500 emissoras - das 1781 rádios AMs existentes no Brasil - solicitaram a migração para frequência modulada, Na primeira etapa, 960 delas foram autorizadas a operar em FM na faixa de 88 Megahertz (MHz) a 108 MHz. As demais candidatas estão aguardando a conclusão do processo de digitalização da televisão, que vai liberar espaço para a continuidade da migração. Em. Piracicaba, até o momento, nenhuma emissora AM migrou para o FM.

Considerações finais

Escrever sobre uma das emissoras mais antigas do país é motivo de orgulho. Foi autorizada a funcionar em Piracicaba, no ano de 1933, como Rádio Clube, sendo que foi mantida por seus ouvintes numa espécie de clube, mesmo.

Orquestras e bandas musicais deram o tom naquele 12 de outubro de 1933 – portanto há 88 anos. O tempo passou, a Clube virou PRD6, e algum tempo depois, Difusora, sendo que se tornou uma referência no Estado e, porque não, no país. Assim como outras empresas de comunicação, a Difusora aguarda posicionamento e autorização da Anatel para poder migrar sua frequência de AM para o FM. Outra questão a ser suscitada, é que não houve renovação no quadro de locutores, não somente da Difusora, mas, também de suas concorrentes.

Andrea Soave e D. Maria Figueiredo

O rádio de interior sempre pagou baixos salários, mas, no passado, havia uma compensação pela venda de publicidades. O momento, também, era outro, o rádio vivia seu apogeu e, consequentemente, as grandes empresas e o comércio em geral disponibilizavam recursos a serem aplicados em publicidades com maior frequência do que é hoje. Não que isso não ocorra agora, mas, as receitas publicitárias foram divididas para outros canais de comunicação da internet. Idalício Castelani, Ari Pedroso, Atinilo José, Garcia Netto, além de outros profissionais do microfone, eram campeões de audiência e de verbas publicitárias. Não foram substituídos à altura. Primeiro: a remuneração não é atraente e, segundo, o rádio precisa se reinventar para atrair novos profissionais.

A Difusora nasceu pequena com apenas 25 watts de potência. O seu primeiro proprietário não vislumbrou a gigante que seria anos mais tarde, mesmo com o surgimento da televisão em 18 de setembro de 195023, por Francisco Assis Chateaubriand Bandeira de Mello. De uma emissora com associados, tornou-se bem sucedida com a venda de publicidades e espaços comerciais. Fiori Gigliotti (ex- Rádio Bandeirantes AM), Léo Batista e Francisco Milani (TV Globo), Gil Gomes (SBT / Rádios Record e Capital de SP), além de outros nomes consagrados da mídia nacional, passaram pela Praça José Bonifácio, 815.

Superando a sua timidez inicial, a Rádio Difusora S.A. logo atingiu o seu auge em Piracicaba, sendo porta voz da população por meio de programas jornalísticos, esportivos e de entretenimentos. Nos anos 2000, dois fatos complicadores atingiram as emissoras de AM, e com a Difusora não foi diferente. Primeiro: o surgimento gradual da internet fez com 23 Inauguração da PRF3 - TV Difusora – Tupi – de São Paulo (SP). A primeira emissora de televisão da América Latina que os veículos de comunicação dividissem os seus ouvintes para com a web. As fatias do bolo da audiência e de receitas publicitárias agora passaram a ser compartilhadas em uma escala maior com o Youtube e Facebook, por exemplo.

Outra grande dificuldade são as próprias frequências de AM que já estão obsoletas na qualidade de áudio, devido à interferências atmosféricas. É difícil sintonizar essas emissoras nos grandes centros urbanos por causa dos ruídos provocados, na maioria das vezes, por fios de alta tensão da rede de energia elétrica. Uma grande baixa na programação foi o fato de parar de transmitir as partidas do Esporte Clube XV de Novembro - considerado um ícone do município -, abrindo brecha, mais uma vez, para o fortalecimento de suas concorrentes.

As redes sociais estão aí, cada vez mais fortes! Emissoras tradicionais brasileiras – uma delas a Jovem Pan, de São Paulo (SP) - já adotou o bordão "Jovem Pan – a rádio que virou TV", em alusão ao processo de transformação da emissora para atingir o público que está migrando para os aplicativos. Isso, de fato, para a Difusora, segundo a gerente comercial da emissora, não é problema, sendo que a gestora destacou neste artigo que a empresa está inserida no Facebook, Youtube e Instagran e, o surgimento das mídias sociais, serve para "alavancar" a programação existente.

E qual seria uma solução de curto prazo para o fortalecimento do rádio? Acreditamos na prestação de serviços à população, já que executar músicas na maior parte da programação não chama mais a atenção do ouvinte, justamente porque ele tem à disposição uma gama de aplicativos que fornecem qualquer tipo de gênero musical a qualquer hora e, além do mais, sem custo algum, bastando, apenas, ter uma boa internet para acessar o conteúdo. Num passado não muito distante, era comum o ouvinte de rádio ligar para a emissora e pedir alguma música para gravar, iniciativa que caiu em desuso pelo surgimento da rede mundial de computadores. Talvez um dos empecilhos a ser resolvido num curto e médio espaço de tempo, refere-se à qualidade sonora. Mas, esse feito não depende somente da empresa e, sim, de autorização da Anatel (Agência Nacional de Telecomunicações), o que deve ocorrer em breve, garantindo uma melhor recepção e audição do sinal. Enquanto isso, os ouvintes têm à disposição o site portaldifusora.com.br, sendo que é possível ouvir as emissoras com uma qualidade melhor.

Referências bibliográficas e web gráficas

AGÊNCIA BRASIL. Governo vai reabrir prazo para emissoras de rádio AM pedirem migração para FM. Disponível em: Acesso em 24 set 2019.

GUARDA JR, J.J M. Rádio Difusora de Piracicaba (1933/2003: 70 anos de história) Piracicaba, 2003. JORNAL DE PIRACICABA. Rádio Difusora de Piracicaba: uma emissora jovem aos 46 anos. Piracicaba. 12 de outubro de 1979.

NETTO, E. C. O Universo de 12 de outubro. Disponível em: Acesso em 17 set 2019.

RONTANI JR, E. O Rádio Piracicabano nos anos 80. Disponível em: Acesso em 17 set 2019.

SOAVE, P.A. Entrevista concedida ao autor sobre a migração da frequência AM para o FM. Piracicaba. 2021

VIEIRA, Martin. Câmara parabeniza a Rádio Difusora de Piracicaba. Disponível em: Acesso em 17 set 2019.

Pela primeira vez, Festival de Jazz Manouche de Piracicaba terá músicos da Ásia

Renomados músicos holandeses também estão presentes pela primeira vez; evento terá instrumentistas de sete países e acontece nos dias 9 e 10 de agosto

Foto: Divulgação

A histórica edição que acontece nos dias 9 e 10 de agosto de 2024 no Engenho Central

> *"Neste ano de 2024, o Festival de Jazz Manouche de Piracicaba chega a sua 10ª edição. Uma ocasião muito especial, com muita história a contar e muito a celebrar..."*

Rafael Bitencourt

Os preparativos para o 10º Festival de Jazz Manouche de Piracicaba estão a todo o vapor. A histórica edição que acontece nos dias 9 e 10 de agosto de 2024 no Engenho Central, terá pela primeira vez a participação de três músicos da Ásia: Yen-Hua Wang (Taiwan) e Yumi Tsubouchi e Daiki Yamamoto (Japão). Entre os destaques, está a participação de importantes músicos da Holanda, Romênia, Argentina e Venezuela, além do Brasil.

O festival conta com apoio da Drogal, Prefeitura de Piracicaba, Secretaria Municipal da Ação Cultural (Semac), Consulado da Holanda, Hot Club de Piracicaba, Tutta Birra, iPu Va'e, Neurônio Adicional, Jovem Pan FM, Primo Luiz, New Life, Casaretto, Lupac e Tempo D Comunicação e Cultura. A produção é da Empório Produções.

O evento é gratuito. Na sexta, 9, as apresentações acontecem no Teatro Erotides de Campos (palco interno), a partir das 19h30, e será necessário retirar os ingressos na bilheteria uma hora antes do evento. No sábado, 10, os concertos acontecem no palco externo do teatro, a partir das 15h, ao ar livre, e não é necessário retirar ingresso.

"Neste ano de 2024, o Festival de Jazz Manouche de Piracicaba chega a sua 10ª edição. Uma ocasião muito especial, com muita história a contar e muito a celebrar. Como sempre, teremos músicos renomados e aclamados mundialmente e certamente teremos dias incríveis de muito intercâmbio entre os músicos e apresentações de grande qualidade para o público", afirma José Fernando Seifarth, idealizador e organizador do festival.

Músicos asiáticos

Nascida em Taipei, Taiwan, Yen-Hua Wang dedica-se à execução e ensino da gaita. É fundadora da Punch Harmonica Ensemble e membro do Sirius Harmonica Ensemble. Participou de festivais no Japão, Coreia e Europa.

Yumi Tsubouchi nasceu em Aichi, no Japão e começou a tocar violino aos quatro anos. Mudou-se para Tóquio, onde conheceu o jazz cigano e começou a estudar o violino de jazz. Transita por uma variedade de gêneros, incluindo jazz cigano, jazz moderno, samba e bossa nova.

O guitarrista Daiki Yamamoto nasceu em Fukuda, no Japão, e é especialista em gypsy jazz. Estudou o estilo na França e é conhecido como um dos poucos artistas asiáticos especialistas "Gypsy Picking" e "La Pompe", duas técnicas únicas.

Músicos holandeses

Outros destaques da 10ª edição são os músicos holandeses Paulus Schafer, Tim Kliphuis e Simon Planting, que também participam do Festival de Jazz Manouche de Piracicaba pela primeira vez. O álbum de estreia do guitarrista Paulus Schafer, de 2011, foi aclamado pelo público e pela crítica, o que o credenciou a fazer shows na Europa e na América. Apesar de jovem, possui uma sonoridade considerada madura.

Tim Kliphuis é considerado uma lenda do Gypsy Jazz. Tocou nos principais festivais do estilo no mundo. É autor de um importante livro sobre Violino Jazz Cigano e ministra workshops em diferentes partes do mundo.

Simon Planting atuou no Quinteto de Fapy Lafertin durante 20 anos. Mudou para os EUA, onde se tornou um baixista muito solicitado no estilo e também diretor artístico do Djangofest Northwest e do Mill Valley, considerados os dois maiores festivais de jazz cigano do país.

Outros países

O Festival contará, ainda, com a participação de músicos da Argentina (Walter Coronda, Roque Monsalve, Ricardo Pellican) e Venezuela (Rafael Marrero). Ricardo Pellican é organizador do prestigiado Django Festival Argentina e um dos músicos mais importantes do Jazz Manouche na América do Sul.

Haverá o aguardado encontro entre o multi-instrumentista Sandro Haick (São Paulo) e o violinista Florian Cristea (Romênia), radicado no Brasil e integrante da Osesp. Ambos, recentemente, gravaram um álbum em homenagem a Django Reinhardt e Stephan Grappelli.

Participarão também músicos e grupos brasileiros que constituem o movimento nacional do gypsy jazz: Bina Coquet (São Paulo), Mauro Albert (Florianópolis), Ernani Teixeira (Campinas), Marcelo Cigano e Thadeu Romano (São Paulo), Jazz Cigano Quinteto (Curitiba), Gypsy Jazz Club (Brasília) e o quinteto do Hot Club de Piracicaba (Piracicaba), considerado o anfitrião do festival.

SERVIÇO

Mais informações sobre o 10º Festival de Jazz Manouche de Piracicaba podem ser obtidas no site oficial: https://festivaljazzmanouche.com.br, ou no Instagram: **@festivaljazzmanouchepiracicaba**

Inglês para crianças: cérebro bilíngue traz benefícios cognitivos. Confira dicas para começar desde cedo

Pesquisas internacionais apontam benefícios cognitivos sobre o aprendizado de um segundo idioma e seus reflexos no cérebro

Foto: Banco de Imagem

As vantagens de estudar um segundo idioma vão desde priorizar atividades importantes, e executar vários projetos ao mesmo tempo, até a proteção de doenças como Alzheimer e demência

"Aprender inglês desde cedo traz uma série de benefícios cognitivos e ajuda a criança a ter melhores oportunidades de emprego..."

Estudos apontam que o aprendizado de um novo idioma vai além de gerar oportunidades. Também favorece a execução de multitarefas, contribui para filtrar informações irrelevantes e selecionar prioridades. O desenvolvimento linguístico e cultural é enriquecedor para as crianças.

Várias pesquisas internacionais apontam benefícios cognitivos sobre o aprendizado de um segundo idioma e seus reflexos no cérebro. Segundo artigo com depoimentos de especialistas e estudos publicado pela Universidade da Pensilvânia (EUA), as vantagens de estudar um segundo idioma vão desde priorizar atividades importantes, e executar vários projetos ao mesmo tempo, até a proteção de doenças como Alzheimer e demência.

"Aprender inglês desde cedo traz uma série de benefícios cognitivos e ajuda a criança a ter melhores oportunidades de emprego. Além disso, como é um dos idiomas mais falados, auxilia na comunicação e impede que a criança tenha barreiras linguísticas no futuro. Uma forma de aumentar o nível de inglês, por exemplo, é aliar o aprendizado com livros, filmes, brincadeiras, tecnologias e até na hora de cozinhar. Então, é muito importante que seja envolvente e divertido para que seja praticado não apenas durante o período da infância, mas que seja uma constante ao longo da vida", orienta o CEO da KNN Idiomas, Reginaldo Boeira, criador de metodologia exclusiva de aprendizado para nativos brasileiros.

Algumas dicas que contribuem no aprendizado já na infância.

1. Imersão desde cedo: Introduza o inglês na vida da criança desde os primeiros anos, ajudando a absorver novas palavras com desenhos animados e utilizando expressões no dia a dia como "olá", "até breve" e frases curtas.

2. Uso da tecnologia: configure os recursos tecnológicos para o inglês, estimulando o acesso ao novo idioma de forma natural e gradativa.

3. Cursos e aprendizagem: incentive atividades extracurriculares como cursos de inglês para crianças e encontros.

4. Música e histórias: aposte em músicas que ensinam o vocabulário de forma natural e divertida, ajudando na pronúncia e na formulação de estruturas básicas.

5. Incentivos: incentive e elogie sempre que possível, mesmo ao cometer erros, criando um ambiente positivo e acolhedor para aprendizagem.

O verde impulsiona a inteligência: estímulos da natureza podem ser aliados da educação durante a infância

Psicologia Ambiental é uma estratégia para retomar o contato das crianças com o ar livre, estimulando sua criatividade, curiosidade e capacidade cognitiva

Foto: Reprodução/Aruanã Acampamentos

A exposição a áreas verdes como um processo integrado à educação

A natureza é um dos ambientes mais ricos em estímulos para o desenvolvimento infantil. No entanto, até esse espaço tão vasto parece ser pouco para as crianças, que passam mais tempo dentro de casa, em frente a telas digitais. É o que mostra um estudo da agência OnePoll, que identificou que apenas 27% dos pequenos brincam ao ar livre atualmente.

Com a missão de mitigar esse comportamento, os conceitos da Psicologia Ambiental têm se debruçado sobre a relação entre natureza e criatividade, destacando como a exposição a ambientes como este pode estimular a imaginação, a exploração e a resolução de problemas de forma lúdica e sensorial. Pesquisas demonstram que o mínimo de contato com a natureza pode desencadear diversos impactos positivos no desenvolvimento emocional, social, físico e cognitivo das crianças.

Caroline Gaudio, diretora do Aruanã Acampamentos e Eventos, defende a exposição a áreas verdes como um processo integrado à educação. "Além dos benefícios psicológicos, como a redução do estresse e o aumento da concentração, o contato com a natureza pode promover o desenvolvimento da empatia, da autoestima e da autoconfiança, pois as brincadeiras estimulam que elas testem seus limites, aprendam com os erros e criem o senso de autodescoberta enquanto se aventuram."

O Aruanã é um acampamento educativo e espaço para eventos que recebe majoritariamente grupos de escolas e estudantes durante o período de férias. Há mais de 30 anos, sua missão é proporcionar momentos de diversão para os jovens e estimular a desconexão de celulares, tablets e computadores. Por isso, cada programa é cuidadosamente planejado para oferecer experiências imersivas ao ar livre, criando um verdadeiro playground em áreas ambientais.

A estratégia de incentivar o "verde inteligente" já é uma discussão norteadora de políticas públicas. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), crianças acima dos cinco anos e adolescentes devem dedicar pelo menos 60 minutos diários a atividades físicas, com níveis moderados a vigorosos. Seja em parques, jardins, trilhas ou acampamentos, é preciso que pais e educadores entendam o acesso regular à natureza como uma ferramenta contra um mundo cada vez mais urbanizado e digital.

"Os espaços verdes são os locais mais inteligentes em que as crianças podem dedicar suas horas, pois são uma oportunidade de absorver experiências, movimentar-se em áreas desconhecidas, interagir com a fauna e a flora e descobrir a magia e os desafios do ambiente natural.

O que esperar economicamente do segundo semestre de 2024?

João Victorino é administrador de empresas, professor de MBA do Ibmec e especialista em finanças pessoais

"... apesar das últimas quedas da taxa Selic, o nível atual dos juros básicos no país ainda é impeditivo para quem pensa em tomar risco, empreender ou iniciar uma atividade empresarial"

O primeiro semestre de 2024 chegou ao fim, e agora estamos oficialmente na segunda metade do ano. É natural que alguns planos tenham se concretizado, enquanto outros talvez não tenham saído como o esperado. Mas, quando o assunto é a situação econômica do Brasil, o que podemos esperar para os próximos seis meses?

Segundo dados divulgados pelo Fundo Monetário Internacional (FMI), as novas projeções posicionam o Brasil como a 8ª maior economia global em 2024. Este avanço decorre de uma previsão de crescimento de 2,2% no Produto Interno Bruto (PIB), refletindo um ritmo de expansão estável. Tal crescimento é impulsionado pelos setores de comércio, serviços e agropecuária, além do aumento dos investimentos e do consumo das famílias, favorecidos pela redução da taxa Selic e pela queda na taxa de desemprego.

No entanto, apesar das últimas quedas da taxa Selic, o nível atual dos juros básicos no país ainda é impeditivo para quem pensa em tomar risco, empreender ou iniciar uma atividade empresarial. Afinal, apenas deixando o dinheiro parado, rende inflação (IPCA) e mais 6,4% ao ano. A atividade empreendedora precisa realmente ter uma rentabilidade muito atrativa para que o investidor decida correr o risco. É urgente que os juros continuem a cair de modo saudável, sem puxá-lo à força.

E para que os juros continuem a cair, é preciso que todos os agentes econômicos tenham confiança na autoridade monetária, e que as expectativas de inflação estejam, no jargão dos especialistas, "ancoradas". Isso significa que estas devem convergir para uma determinada banda de oscilação, sem maiores surpresas, o que acalma os ânimos e favorece a criação de um ambiente em que mais pessoas estejam confiantes em investir por aqui no longo prazo, visto que seus investimentos não serão corroídos pela inflação.

Devemos prestar muita atenção à situação econômica atual e considerar como seremos afetados como cidadãos. Muitas questões econômicas podem parecer irrelevantes para o nosso dia a dia, mas ao analisá-las mais de perto, percebemos seus impactos inevitáveis. Um exemplo disso é a balança comercial, que este ano apresenta mais importações e menos exportações, em comparação com o ano anterior.

Outro fato que evidencia esta preocupação está nos preços dos alimentos, que haviam recuado em 2023, mas devem voltar a sofrer com a inflação. Isso acontece devido aos eventos climáticos adversos pelo país e pelo mundo, especialmente com a tragédia das chuvas que acometeram o Rio Grande do Sul. O Boletim Focus destaca um aumento do preço destes produtos em uma intensidade superior à da inflação geral, que deve encerrar o ano em torno de 3,96%.

Além disso, também temos a questão envolvendo o aumento do dólar, que afeta diretamente os nossos índices internos de inflação e acaba sendo, novamente, refletido no cotidiano das pessoas. Com o aumento do dólar, poderemos sentir impactos nos preços de produtos importados, nos custos de produção das empresas e também nas expectativas inflacionárias. E quem planeja viajar ao exterior ou fazer intercâmbios para fora do país, enfrenta outro desafio, que é a desvalorização do real.

Resumindo, são muitas variáveis para se dar conta. Portanto, se você não tem um plano financeiro bem estruturado e adaptado a sua realidade, é muito mais provável que você se perca nessa vastidão de notícias e acontecimentos, que se tornam meros ruídos em janelas de tempo mais longas. Por isso, monte seu planejamento (ou revise o que você já possui), pensando na necessidade de investir, sempre olhando para o longo prazo.

SRA. HILDA TAVARES ALBERONI, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Nercio Alberoni. Era filha do Sr. Angelo Tavares e da Sra. Maria Morelli, falecidos. Deixou os filhos: Neise Maria Alberoni, já falecida; Noedir Antonio Alberoni casado com Regina Mara Paredes Alberoni; Nelson Odair Alberoni, já falecido foi casado com Francisca de Assis Bigio Alberoni. Deixa ainda 04 netos, 02 bisnetas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende sala-02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - DANILO DONIZETTI RANGEL, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 35 anos de idade e era filho do Sr. José Donizetti Rangel, falecido e da Sra. Maria das Graças Costa. Deixou os filhos: Rhillary Mendonça Rangel; Arthur Cauã Claudino Rangel. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ORLANDO PINHATTI FILHO, Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade e era filho do Sr. Orlando Pinhatti e da Sra. Leontina Pinhatti, falecidos. Deixou as filhas: Natalia Regiane Jorge Pinhatti; Beatriz Jorge Pinhatti; Karime Jorge Pinhatti. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Rio das Pedras e seu sepultamento deu-se dia27pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério São João Batista de Rio Claro. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSÉ SPANA SQUERRO, Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 87 anos de idade e era casado com a Sra. Dolores Maestro Spana. Era filho do Sr. Antonio Spana e da Sra. Adelina Squerro Spana, falecidos. Deixou os filhos: Marli de Fatima Spana, Jose Olair Spana casado com Barbara de Campos Spana, Sueli Aparecida Spana Carone casada com Jose Roberto Carone. Deixa 04 netos, 03 bisnetas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 27pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. BENEDITO ESPANHA, Faleceu dia 26pp na cidade de Botucatu, aos 83 anos de idade e era casado com a Sra. Maria Aparecida Arthuso Espanha. Era filho do Sr. Francisco Espanha e da Sra. Antonia Costa, falecidos. Deixa os filhos: Fabio Espanha, Maria Teresa Espanha (falecida). Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi transladado para a cidade de Piracicaba e o seu sepultamento deu-se dia 27pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA TEREZA DE JESUS BISPO DOS SANTOS – Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 75 anos de idade e era casada com o Sr. Jose Erisvaldo Nunes dos Santos. Era filha do Sr. Maximiano Bispo de Brito e da Sra. Eulália de Jesus Brito, falecidos. Deixa os filhos: Marli Bispo dos Santos Peres casada com Junior Cesar Peres, Maria Eulalia Bispo dos Santos de Gaspari casada com Luis Fernando de Gaspari, Maximiana Bispo dos Santos e Marcos Jose Bispo dos Santos. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende Sala - 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ANTONIO DONIZETI SANCHES – Faleceu dia 27pp na cidade de Piracicaba, aos 68 anos de idade e era filho do Sr. Ipanema Antonio Sanches e da Sra. Vetelvina Aparecida Venturini Sanches, falecidos. Deixa os filhos: Jessica Aparecida Faria Dias casada com Aldimar Marques Dias, Fernanda Faria casada com Leomir Passos. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 11:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Mombuca Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Mombuca. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VALENTIM GRANÇO, Faleceu dia 27pp na cidade de Iracemápolis, aos 92 anos de idade e era casado com a Sra. Benedita Groppo Granço. Era filho do Sr. Antonio Granço e da Sra. Lazara Neves, falecidos. Deixa os filhos: Jose Maria Granço (falecido), Paulo Roberto Granço casado com Rita de Cassia Wolmer Granço, Maria Jose Granço Correa casada com Luis Tadeu Correa e Valéria Aparecida Granço do Amaral casada com Amarildo Souza do Amaral. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 28pp as 15:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Iracemápolis Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Iracemápolis. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. FRANCISCA APARECIDA DE MORAES FERRAZ, Faleceu dia 28pp na cidade de aos 73 anos de idade e era viúva do Sr. João Bernardino Ferraz Junior. Era filha do Sr. Sebastião de Moraes e da Sra. Jacira Felix de Moraes, falecidos. Deixa os filhos: Robson Luis Ferraz, Erica Sumaria Ferraz, já falecida- Rogerio Almir Ferraz e Rudnei Ferraz. Deixa netos e bisnetos. O seu sepultamento deu se dia 29pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende sala-02, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA ELIANE DOS SANTOS SILVA, Faleceu dia 28pp na cidade de Piracicaba, aos 36 anos de idade e era filha da Sra. Maria Luiza dos Santos. Deixou a filha: Ana Luiza dos Santos Silva. Deixa ainda demais familiares. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Charqueada e seu sepultamento deu-se dia 29pp as 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. NILZA CELIA SANTIAGO FLORENCIO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 61 anos de idade e era casada com Sr. Antonio Benedito Florencio, era filha dos finados Sr. Antonio Felipe Santiago e da Sra. Noemia Nazaré Silva Santiago. Deixou os filhos: Ronaldo Adriano Florencio; Rogerio Alexandre Florencio casado com Michele Florencio; Regis Alencar Florencio; Rodirlei Alberto Florencio casado com Tamires Florencio; Renan Alessandro Florencio. Deixa ainda netos e demais familiares. O sepultamento deu-se ontem as 10:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala-07, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. WANDERLEY FERNANDES, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 80 anos de idade e era casado com a Sra. Lazara Aparecida Jorge Fernandes. Era filho do Sr. João Fernandes e da Sra. Maria Antonieta de Jesus, falecidos. Deixa o filho: Paulo Cesar Fernandes casado com Silmara Barboza Fernandes. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 29pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. DELMIRA DE CARVALHO OLIMPIO, Faleceu dia 29pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Francisco Olimpio Batista. Era filha do Sr. José Peixoto de Carvalho e da Sra. Maria Pereira da Silva, falecidos. Deixa a filha: Aparecida Donizete Carvalho Silva viúva de Salmo Mathias da Silva. Deixa netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. MARCOS NOGUEIRA GOMES, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade e era filho do Sr. Leandro Nogueira Gomes (já falecido) e da Sra. Ivone Zerbeto Nogueira Gomes. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 16:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala - C, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SILVERIO ANTONIO SPERANDIO, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade e era casado com a Sra. Luzia Aparecida Nalin Sperandio. Era filho do Sr. Luiz Sperandio e da Sra. Luiza Conversa, falecidos. Deixa os filhos: Gislene Aparecida Sperandio Rodrigues casada com Sergio Luiz Rodrigues, Marcos Paulo Sperandio casado com Thais Sartori Sperandio, Marcel Antonio Sperandio casado com Larissa Bertoncini Sperandio e Matheus Elias Sperandio. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

LUIZ RODRIGO SIQUEIRA MARTINS, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 40 anos de idade. Era filho do Sr. Edison Siqueira Martins e da Sra. Neusa Maria Siqueira Martins. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 30pp as 17:00 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 07, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. CLORIS ALESSI, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade. Era filha do Sr. Didaco Alessi e da Sra. Persida Marcondes Alessi. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 31pp as 10:30 hs, saindo a urna mortuária do Velório no Parque da Ressurreição – Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IVANETTE DIAS MARCHI, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era viúva do Sr. Walter Marchi Filho. Era filha do Sr. João Gabriel Dias e da Sra. Maria Clara, falecidos. Deixa os filhos: Waldonier Dias Marchi, falecido, Gabriella Dias Marchi Michelucci casada com Osvaldo de Campos Michelucci, Marcos Vinicio Dias Marchi casado com Anna Caroline Lacerda de Oliveira. Deixa netos, netas, bisnetas, demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 31pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba – Sala Safira das 07:30hs as 12:45hs. Às 13:00hs ocorreu a Cerimônia de homenagens postumas no mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. IVANI TEODORO CAVALHEIRO DE PROENÇA, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 66 anos de idade e era filha do Sr. Valdemar Teodoro Cavalheiro e da Sra. Diva dos Santos Cavalheiro, falecidos. Deixou as filhas: Elis Angela Cavalheiro de Proença casada com André Luis Santana; Eliane Cavalheiro de Proença casada com Gastão Medeiros. Deixa o neto: Gabriel Santana de Proença, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 31pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA LOURDES PAGANI PAMPOLIN, Faleceu dia 31pp na cidade de Piracicaba, aos 90 anos de idade e era viúva do Sr. João Pampolin. Era filha do Sr. Luiz Pagani e da Sra. Olga Amalia Bertolin, falecidos. Deixa os filhos: Cleudecyr Pampolini Correia, falecida, Luiz Alberto Pampolini casado com Helena Doraci Franzoi Pampolini, José Donizette Pampolini casado com Ana Maria S. L. Pampolini, Antonio Aparecido Pampolini casado com Maria Cristina G. Pampolini, João Batista Pampolini casado com Silveia Helena I. Pampolini. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 31pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. RENATO FOGAÇA DA ROSA, Faleceu dia 31pp na cidade de Piracicaba, aos 59 anos de idade e era casado com a Sra. Celi Florentina Oriani Fogaça da Rosa. Era filho do Sr. José Fogaça da Rosa e da Sra. Rosaria do Nascimento, falecidos. Deixa o filho: Renan Fogaça da Rosa casado com Angelica Soares. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA LUZIA STURION GIANNOTTI, Faleceu dia 31pp na cidade de Piracicaba, aos 77 anos de idade e era viúva do Sr. Corintho Giannotti. Era filha do Sr. Sidame Antonio Sturion e da Sra. Cecilia Hipolito Sturion, falecidos. Deixa irmãs, irmãos, sobrinho, sobrinhas, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp 13:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala B, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE MARIA DE CAMARGO, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 60 anos de idade. Era filho do Sr. José Benedito de Camargo e da Sra. Maria Aparecida Lucidio de Camargo, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 14:30hs, no Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. LAZARO DE OLIVEIRA GOMES FILHO, Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era casado com a Sra. Irene da Silva Oliveira. Era filho do Sr. Lazaro de Oliveira Gomes e da Sra. Sebastiana Martins de Oliveira, falecidos. Deixa os filhos: Selma Aparecida Oliveira Tognoni casada com Samuel Tognoni, Marcia Aparecida de Oliveira Barros casada com Fabio Barros, Leda Aparecida de Oliveira Barbosa casada com Pablo Rodrigo Barbosa, Paulo Aparecido de Oliveira casado com Karina Galvão de Oliveira. Deixa netos demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 01pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba – Sala Esmeralda das 10:30hs as 16:00hs, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA APPARECIDA ROLIM FROTA, Faleceu dia 31pp na cidade de Campinas, aos 100 anos de idade e era viúva do Sr. Edmar Barros Frota. Era filha do Sr. Antonio Ferraz Rolim e da Sra. Paulina Barbosa Rolim, falecidos. Deixa os filhos: Regina Celia Frota Boggio casada com Agostinho Mario Boggio, Edmar Barros Frota Filho casado com Veridiana de Oliveira Frota. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOSE MARIA DE CAMARGO, Faleceu dia 30pp na cidade de Piracicaba, aos 60 anos de idade. Era filho do Sr. José Benedito de Camargo e da Sra. Maria Aparecida Lucidio de Camargo, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 01pp as 14:30hs, no Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOÃO CARLOS MEDEIROS, Faleceu dia 01pp na cidade de Charqueada, aos 47 anos de idade. Era filho do Sr. Geraldo Medeiros, falecido e da Sra Benedita Ap. Donizete C. Medeiros. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia as 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais

SR. ABILIO TABAI, Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era casado com a Sra. Nair Patrezi Tabai. Era filho dos finados Sr. José Tabai e da Sra. Isolina Scarpari. Deixou os filhos: Edenir Tabai casado com Sandra Aparecida Seguim Tabai; Edna Tabai Correa casada com Moacyr Correa Filho. Deixa ainda 02 netas, 01 bisneta e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala – 04, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. ANTONIA GALONE DE MORAES, Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 74 anos de idade era viúva do Sr. Joaquim Marino Alves de Moraes, era filha dos finados Sr. Jacob Galone e da Sra. Rosa Costa. Deixou os filhos: Sandra Aparecida de Moraes Messias; Silvia Cristina Alves de Moraes Barros; Claudia Regina Alves de Moraes Eduardo; Ana Paula Alves de Moraes Berlanga; Charles Marino Alves de Moraes; Tania Maria Alves de Moraes Menochelli. Deixa ainda netos, bisnetos e demais familiares. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Mombuca e seu sepultamento deu-se dia 02pp as 15:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. ITALO JOSÉ ARTHUZO, Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 83 anos de idade era casado com a Sra. Maria Margarida Rossetti Arthuzo. Era filho dos finados Sr. José Maria Arthuzo e da Sra. Maria Ercilia Estevam Arthuzo. Deixou os filhos: Erika Fabiana Arthuzo Perosi casada com Joaquim Perosi Neto; Luiz Fernando Arthuzo casado com Juliana Miguel Arthuzo. Deixa ainda netos: Enzo Arthuzo Perosi e Fiorella Miguel Arthuzo e demais familiares. O seu velório ocorreu dia 02pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba sala-Diamante até as 17:30hs, seguindo para Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre do mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. GERSON ANTONIO CONUS, Faleceu dia 01pp na cidade de Campinas, aos 54 anos de idade e era casado com a Sra. Eliana Borges Conus. Era filho dos finados Sr. Daniel Conus e da Sra. Elza do Amaral Conus. Deixou o filho Felipe Antonio Borges Conus. Deixa ainda demais familiares e amigos. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Piracicaba e seu sepultamento deu-se dia 02pp as 17:15 hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala-02, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. NILCEA GIL DE SOUSA PINTO, Faleceu dia 01pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade e era filha dos finados Sr. José Gil e da Sra. Maria José da Fonseca. Deixou os filhos: José Antonio de Sousa Pinto casado com Maria Carla Santos Santana de Sousa Pinto; Ana Paula de Sousa Pinto. Deixa ainda netos, bisnetos e demais familiares. O seu velório ocorrereu dia 02pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba sala-Esmeralda até as 14:30hs, seguindo para Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre do mesmo local. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. JOÃO GUERRA DOS SANTOS, Faleceu dia 02pp na cidade de Rio das Pedras, aos 86 anos de idade era casado com a Sra. Maria Aparecida Benedicto dos Santos, era filho da Sra. Herminia Guerra dos Santos. Deixou os filhos: Cristina Eliana Guerra França; Eliana Cristina Guerra dos Santos; João David Guerra dos Santos; Ruthe Mirian Alexandre Guerra. Deixa ainda netos, bisnetos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 02pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OLIVIO GAZ, Faleceu no dia 02pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade. Era filho dos finados Sr. Julio Gaz e da Sra. Carmen Forone. Deixa irmão, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 03pp, saindo a urna mortuária do Velório do Lar dos Velhinhos, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

Revista Us

4 de agosto de 2024

Tiago Rochetto

Patrícia Ribeiro exalta Elis Regina no palco do Teatro do Engenho

Piracicaba Cultural

Agenda completa nos 257 anos da cidade. Tudo de graça!

Gastronomia

Pizzas saudáveis para fazer em casa

Saúde

Os piores gatilhos da rinite alérgica e como preveni-los

Decor

Como decorar a casa com obras de óleo sobre tela

Filhos

Como reconhecer a ansiedade na infância

Show com Mazinho Quevedo, tributo a Eloy Porto Neto e Circo do Tubinho integram a programação cultural pelos 257 anos de Piracicaba

Ocupando os espaços

Piracicaba chega aos 257 anos com aquele equilíbrio gostoso de tradição interiorana e modernidade internacional que a gente ama viver. Ir à capital pra pegar uma sessão de teatro, comer num restaurante badalado e curtir a night paulistana tem o seu valor; mas não podemos negar: a Noiva da Colina vem com uma agenda cultural no mês de aniversário com diversas opções para se divertir gastando praticamente nada. Duvida? Pois a PiraCult traçou o roteiro pra você chamar a família, juntar a galera e curtir a cena local com opção para todos os gostos. Segue o fio, meu filho!

Nosso giro começa no **Engenho Central**, onde hoje, às 10h, o grupo Sambaí trará muito samba e alegria ao local, seguido pelo Circo Tampa Panela, que se apresenta nos dias 4, 18 e 25 de agosto, domingos, às 16h. No dia 11 de agosto, domingo, das 7h às 12h, a Caminhada do Bem promoverá saúde e bem-estar. No mesmo dia, às 10h, o evento "Silvas Cantam Roberto Carlos" promete emocionar o público, seguido pelo Circo MB Circus às 16h. No dia 18 de agosto, domingo, às 10h, uma apresentação de capoeira mostrará toda a riqueza dessa arte. E no dia 25 de agosto, domingo, às 10h, Evinha do Forró animará o público com seu ritmo contagiante.

Também no Engenho, mais especificamente no **Teatro Erotides de Campos**, a agenda da sala de espetáculos abre no dia 8 de agosto, quinta-feira, às 20h, quando o local será palco de um emocionante Tributo a Eloy Porto Neto, saudosos músico que nos deixou em maio de 2024. Na sexta-feira, 9 de agosto, às 19h, e no sábado, 10 de agosto, das 15h às 22h, o Teatro receberá o 10° Festival de Jazz Manouche de Piracicaba, uma verdadeira celebração desse gênero musical. E a partir de 15 de agosto, o Festival de Cinema Coreano SP toma conta do teatro, com sessões das 19h às 22h no dia 15 e das 10h às 22h nos dias 16, 17 e 18 de agosto. No domingo, 25 de agosto, às 16h, o espetáculo infantil "Pamonha e Panaca" promete divertir a criançada com muita alegria. Já no dia 29 de agosto, quinta-feira, às 19h30, é a vez do stand-up comedy show "O Pai Tá (Cada Vez Mais) On!" com Maurício Ribeiro e o elenco da Cia Teatral Kadimah, que promete arrancar muitas risadas do público. No dia 30 de agosto, sexta-feira, às 19h30, Patrícia Ribeiro homenageia a icônica Elis Regina em um show musical imperdível; e para fechar o mês, no dia 31 de agosto, sábado, das 19h às 23h, ocorre a cerimônia de abertura e premiação do 51° Salão Internacional de Humor de Piracicaba.

Ainda nos domínios do Engenho, a **Pinacoteca Miguel Dutra,** instalada no local, iniciou suas atividades no dia 2 de agosto, sexta-feira, às 19h, com a abertura do LXIX Salão de Belas Artes, que segue aberto à visitação popular. No domingo, 4 de agosto, às 15h, é a vez do "Pina Musical" tomar conta do espaço; e no dia 10 de agosto, sábado, às 15h, uma Oficina de Customização será realizada, seguida pela Oficina de Colagem no dia 24 de agosto, sábado, às 15h, promovendo momentos de criatividade e aprendizado. E "vizinho de muro" do Engenho Central, o **Parque do Mirante** não fica de fora das festividades. Na noite do dia 30 de agosto, sexta-feira, das 18h às 22h, mais uma edição de sucesso do evento "Uma Noite no Mirante - Especial Aniversário de Piracicaba", com muita música, gastronomia de rua e confraternização popular. Qual será a atração no palco? A gente também quer saber!

Do Engenho, seguimos para o **Museu Prudente de Moraes**, no Centro da cidade, que será o cenário para mais uma edição do evento "Quintal do Prudente", no dia 15 de agosto, quinta-feira, às 19h, com apresentações de Aninha Barros e Marcus Godoy, que prometem encantar os visitantes com muita música e poesia. Perto dali, a **Praça José Bonifácio** receberá o evento "Comida na Rua", que começou nos dias 2 e 3 de agosto e segue hoje a partir das 11h, com diversas opções gastronômicas para o público. No dia 10 de agosto, sábado, às 18h, Mazinho Quevedo convida Craveiro e Cravinho, Alessandro Penezzi e a Orquestra de Violeiros de Saltinho para uma noite inesquecível. No dia 17 de agosto, sábado, às 18h, a banda Rubber Soul fará um tributo aos Beatles. Já no dia 24 de agosto, sábado, às 15h, o Grupo Bagaço da Laranja animará a praça com muita música. E para fechar o mês, no dia 31 de agosto, sábado, às 18h, o Circo do Tubinho promete divertir o público com suas apresentações.

Piracicaba mostra sua vocação para a cultura com uma programação diversificada e acessível, que celebra seus 257 anos com eventos para todos os gostos. Vamos prestigiar e valorizar os talentos locais e as atrações que tornam nossa cidade ainda mais especial. Participe dessa festa; que é sua, é nossa, e de quem mais vier! ■

Lavieen: conheça o laser que revolucionou os tratamentos faciais

O Lavieen é um laser seguro e não ablativo, ou seja, ele trata a pele sem removê-la

Foto: banco de Imagem

É ideal para pacientes que buscam um tratamento eficaz com menos tempo de recuperação

"O Lavieen proporciona uma recuperação rápida e resultados visíveis em poucas sessões. É ideal para pacientes que buscam um tratamento eficaz com menos tempo de recuperação"

Nos últimos anos, os tratamentos com laser para a pele do rosto ganharam popularidade, oferecendo soluções eficazes para uma variedade de problemas, desde acne e manchas até rejuvenescimento e cicatrizes. Entre as opções disponíveis, destaca-se o Laiveen, um tratamento inovador que vem conquistando adeptos. Nomeado a partir do francês "em vida", esse laser coreano está conquistando muito as pessoas pelos seus benefícios e resultados satisfatórios. Conversamos com Fernanda Galvão, dentista especialista em harmonização orofacial, para esclarecer essas dúvidas.

O Lavieen é um laser de última geração que utiliza uma tecnologia fracionada não ablativa, o que significa que trata a pele sem removê-la. Ele é especialmente eficaz no tratamento de rugas finas, manchas solares e textura da pele. "O Lavieen proporciona uma recuperação rápida e resultados visíveis em poucas sessões. É ideal para pacientes que buscam um tratamento eficaz com menos tempo de recuperação," explica Fernanda Galvão.

O Lavieen é um laser seguro e não ablativo, ou seja, ele trata a pele sem removê-la. Suas diversas indicações incluem tratamento de melasma, cicatrizes de acne, manchas, linhas finas, rejuvenescimento e o famoso BB Glow, uma super hidratação para a pele. Segundo Fernanda Galvão, especialista em harmonização orofacial, "O Lavieen é ideal para quem busca resultados eficazes com baixo downtime, permitindo que os pacientes retomem suas atividades normais imediatamente após o tratamento."

Benefícios e Indicações

Melasma e Manchas: O Lavieen é eficaz no clareamento de melasma e manchas solares, proporcionando uma pele mais uniforme. -

Cicatrizes de Acne: Ele ajuda a reduzir a aparência de cicatrizes de acne, melhorando a textura da pele. -

Linhas Finas e Rejuvenescimento: O tratamento com Lavieen estimula a produção de colágeno, suavizando linhas finas e promovendo o rejuvenescimento da pele.

BB Glow: Proporciona uma hidratação intensa e um brilho saudável, semelhante ao efeito de uma base leve.

Vantagens do Lavieen

Uma das principais vantagens do Lavieen é o baixo downtime. "Os pacientes não precisam se afastar de suas atividades normais, pois o Lavieen trata as camadas mais superficiais da pele sem causar danos visíveis," explica Fernanda Galvão. Resultados visíveis podem ser observados já nos primeiros dias após o tratamento, e o número de sessões varia conforme a indicação e o estado da pele de cada paciente.

O Lavieen pode ser potencializado quando usado em combinação com mesclas de vitaminas, agentes clareadores e outros componentes. "Essa associação aumenta a eficácia do tratamento, proporcionando resultados ainda melhores," destaca Fernanda.

Como Escolher o Melhor Tratamento com Laser para Sua Pele?

1. Consulte um Especialista: Sempre busque orientação de um profissional qualificado para avaliar sua pele e suas necessidades específicas.

2. Avalie Suas Necessidades: Identifique os problemas que você deseja tratar, como melasma, cicatrizes de acne, manchas ou linhas finas.

3. Considere o Tempo de Recuperação: Se você precisa de um tratamento com baixo downtime, o Lavieen pode ser a escolha ideal.

4. Resultados Esperados: Defina suas expectativas e discuta com o especialista para alinhar os resultados desejados com o tratamento recomendado.

5. Potencialização com Mesclas: Informe-se sobre a possibilidade de associar o tratamento com mesclas para potencializar os resultados.

O Lavieen se destaca como uma opção versátil e eficaz para diversos tratamentos faciais, oferecendo resultados rápidos e satisfatórios com mínimo downtime. "Cada pele é única, e o Lavieen oferece uma solução personalizada para tratar e rejuvenescer a pele de forma segura e eficiente," conclui Fernanda.

Marinhas modernas: como decorar a casa com obras de óleo sobre tela

O tema "Marinhas", Além das belezas visuais de suas artes, remete a tranquilidade de um fim de tarde na praia para dentro de nossas casas.

A decoração de interiores é uma forma de expressão artística, onde cada escolha que fazemos contribui para a criação de um ambiente acolhedor. E as obras de arte estão entre os elementos mais marcantes na criação de espaços receptivos e visualmente atraentes para nossos lares.

Entre essas obras, as de óleo sobre tela se destacam, e o tema "Marinhas", que é um clássico nesses tipos de obras, traz, além das belezas visuais de suas artes, a tranquilidade de um fim de tarde na praia para dentro de nossas casas.

Em uma releitura moderna deste clássico tema, a artista plástica Natália Krüger tem se destacado com suas obras. "Eu tento trazer movimento e vida para as minhas obras e não fazer apenas representações estáticas do oceano. Eu sempre tento capturar a essência do mar, utilizando contrastes e paletas de cores que remetem ao entardecer. Quero levar toda experiência do pôr do sol para dentro da casa das pessoas", comenta a artista.

Algumas das obras de Natália Krüger em ambientes planejados por Casamar, o primeiro hub 360 de design de interiores para casas de férias perfeitas, mas com expertise para casas urbanas também. Afinal, casa de férias é um estado de espírito.

Fotos: Divulgação

Obra: Nuvem de algodão por Natalia Krüger

Projeto: Casamar por Priscila Poli

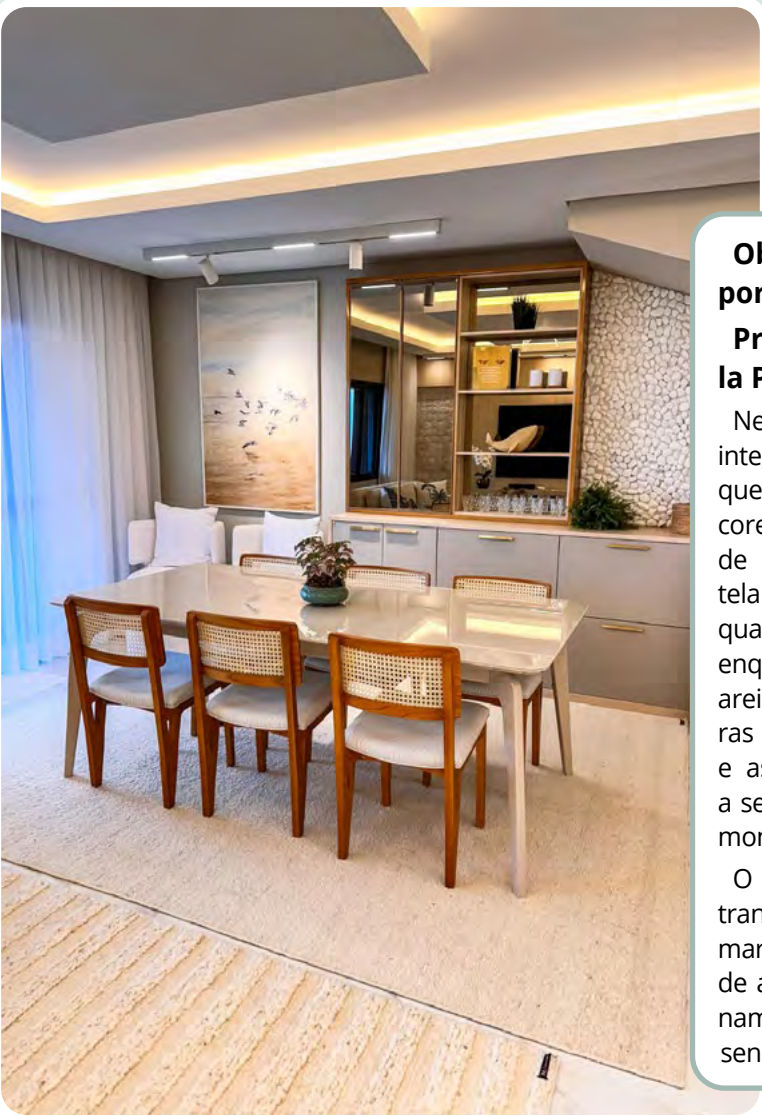
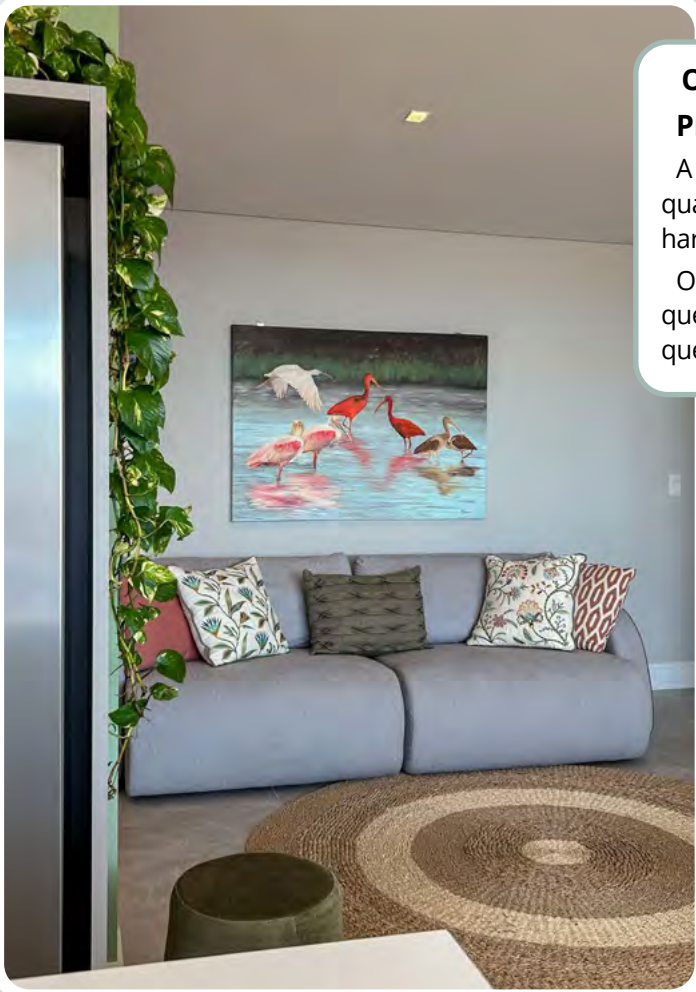
A acolhedora sala de estar da imagem traz uma decoração contemporânea que é complementada com um quadro de óleo sobre tela, criando um ambiente cômodo e elegante. O sofá espaçoso e moderno na cor fendi se alinha com a paleta de cores da pintura.

A obra de arte captura a serenidade de uma praia ao pôr do sol. Os tons quentes de laranja, rosa e amarelo no céu se misturam harmoniosamente com o azul suave das ondas do mar e o dourado da areia.

Obra: Encanto da Liberdade por Natalia Krüger

Projeto: Casamar por Priscila Poli

Nesta sala, a obra é perfeitamente integrada na decoração do espaço, que é marcado por uma paleta de cores claras. A parede com um tom de cinza suave serve como uma tela de fundo que permite que o quadro se destaque no ambiente, enquanto as almofadas em tom de areia, a mesa de jantar com cadeiras de madeira de estofado bege e as poltronas brancas reforçam a sensação de continuidade e harmonia visual.

O quadro apresenta uma cena tranquila de aves em voo sobre o mar ao entardecer. Os tons suaves de areia, creme e azul claro dominam a composição, criando uma sensação de paz e liberdade.

Obra: Guarás de Paz por Natalia Krüger

Projeto: Casamar por Priscila Poli

A obra traz vida ao ambiente com uma representação vívida de guarás em um cenário natural. O quadro, exibido com destaque na parede da sala de estar, é um exemplo de como a arte pode se harmonizar com a decoração e transformar o espaço.

Os guarás, pintados em tons vibrantes que vão do rosa claro até o rosa avermelhado, são destaque contra um lago ao fundo e a vegetação ao redor. A artista integra pinceladas precisas e suaves que capturam tanto a textura das penas dos pássaros quanto o movimento da água.

Obra: O Pescador por Natalia Krüger

Neste ambiente, a obra está posicionada acima de um móvel de madeira rústica e complementa o estilo clássico do espaço. A madeira desgastada harmoniza com os tons da pintura, criando um equilíbrio visual que é ao mesmo tempo elegante e acolhedor.

A arte apresenta um pescador solitário na beira do mar. As cores variam desde tons de azuis mais escuros, misturado com o acinzentado das nuvens, até os amarelos mais dourados e laranjas suaves do horizonte, criando um contraste vibrante. O uso de contrastes de luz e sombra adiciona profundidade e dimensão à tela.

Obra: O que faz você sorrir por Natalia Krüger

Projeto: Casamar por Priscila Poli

Nesta sala de estar espaçosa cuidadosamente decorada com tons neutros temos uma obra de arte que se integra perfeitamente ao ambiente, trazendo uma sensação de conforto e elegância. A sensação é de um refúgio sereno e de perfeita harmonia.

O quadro, posicionado no canto direito da imagem, exibe uma praia com um céu repleto de tons quentes de laranja e dourado, refletindo a luz suave do pôr do sol. As ondas do mar contrastam delicadamente com a areia em tons dourados.

Os piores gatilhos da rinite alérgica e como preveni-los

A Associação Brasileira de Otorrinolaringologia destaca que ácaros, mofo, pelos de animais, pólen, fumaça e agentes químicos estão entre os principais desencadeadores

Foto: Banco de Imagens

A principal medida preventiva para a rinite alérgica é evitar o contato com as substâncias e agentes alérgenos que desencadeiam a doença

A rinite alérgica é considerada uma das alergias respiratórias mais frequentes na população, que afeta mais de 400 milhões de pessoas em todo o mundo, segundo a Organização Mundial da Alergia (WAO, na sigla em inglês). A enfermidade causa uma inflamação na mucosa que reveste a parte interna do nariz, provocando espirros constantes, olhos vermelhos, coriza, coceira no nariz e congestão nasais como principais sintomas.

A Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (ABORL-CCF) destaca os principais gatilhos que podem desencadear essa doença que, se não tratada, traz impactos negativos à qualidade de vida.

Principais desencadeantes para o paciente alérgico:

Ácaros e mofo

Invisíveis a olho nu, os ácaros são micro-organismos que se alimentam de restos de pele humana. São facilmente encontrados em colchões, travesseiros, tapetes, cortinas e roupas guardadas, por exemplo. Já o mofo ou bolor costumam dominar ambientes úmidos que ficaram fechados por um longo período, como casas e apartamentos veraneio, ou ambientes sem incidência solar.

Pelos de animais

Além de carregarem ácaros, os pelos de cães, gatos e outros animais domésticos contêm proteínas presentes na saliva, pele e até na urina, que podem desencadear reações alérgicas em pessoas sensíveis.

Pólen

Na Primavera há aumento da concentração de pólen do ar, liberado das flores e das gramíneas e dispersado pelo vento, uma situação que acaba afetando as mucosas e vias aéreas de pessoas sensíveis.

Tempo frio e seco

A mudança brusca de temperatura, por exemplo, do calor para o frio, promove em algumas pessoas um reflexo exacerbado de obstrução do nariz, espirros e/ou coriza, chamado de rinite vasomotora, sendo estes efeitos ainda mais intensos em quem apresenta também uma rinite alérgica descompensada. O tempo seco, associado ao frio, potencializa estes efeitos.

Fumaça

A fumaça dos carros, do cigarro ou das queimadas contém partículas irritantes, como alcatrão e outros produtos químicos, que prejudicam as vias respiratórias.

Poluição

A poluição do ar inclui componentes e gases tóxicos que danificam as células do sistema respiratório, tornando-o mais sensível a alérgenos.

Agentes químicos

Produtos de limpeza, como água sanitária, desinfetantes e detergentes, desodorantes de ambiente, tintas, inseticidas e outros produtos com cheiro forte também podem irritar o nariz e desencadear crises de rinite irritativa, mesmo em pessoas não alérgicas.

Prevenção

A principal medida preventiva para a rinite alérgica é evitar o contato com as substâncias e agentes alérgenos que desencadeiam a doença.

"A higienização dos espaços de convivência é essencial, de preferência utilizando pano úmido, para evitar que a poeira e pelos de animais no chão seja dispersada. Também é importante dar preferência para colchões e almofadas antialérgicas e o uso de capas antiácaro em colchões e travesseiros", cita, Olavo Mion.

Na Primavera, quando há aumento da disseminação do polén pelo ar, manter as janelas fechadas, usar óculos de sol e não frequentar locais com alta concentração desse componente são as principais estratégias para reduzir o risco do quadro nas pessoas sensíveis.

"Os umidificadores podem ajudar melhorar a sensação de umidade do ar, em dias de tempo seco", explicou o médico.

O especialista ainda alerta que somente se distanciar dos gatilhos de agentes desencadeantes da rinite alérgica pode não ser suficiente. Por isso, a consulta com médico otorrinolaringologista é necessária. Ele pode indicar cuidados como a lavagem nasal com uma solução salina e terapias medicamentosas.

"O médico é capaz de avaliar e indicar quais fármacos que controlem os sintomas, pois cada paciente possui particularidades e o tratamento deve ser individualizado", finaliza Mion.

Jejum intermitente: funciona, mas não é para qualquer metabolismo

Endocrinologia e metabologista destaca que o melhor é o jejum fisiológico, que elimina o jantar, associado à genética ancestral.

“O melhor jejum intermitente é o fisiológico, que elimina o jantar da rotina. Ele está ligado diretamente à nossa genética ancestral...”

Foto: Banco de Imagem

Não há milagres quando o assunto é perda de peso de maneira saudável

O “jejum intermitente” ganhou fama entre as pessoas que buscam pelo emagrecimento rápido. O método funciona intercalando períodos a partir de 12 horas de jejum com a alimentação. Mas, o que pouco se fala é que essa prática não funciona para todo tipo de metabolismo e perfil. Elaine Dias JK, PhD em endocrinologia pela USP e metabologista, ressalta que não há milagres quando o assunto é perda de peso de maneira saudável.

“Assim como todo tipo de dieta, o jejum intermitente pode representar riscos. A prática não é recomendada para todas as pessoas. A estratégia alimentar alternando períodos sem comer com a alimentação pode não favorecer aqueles que possuem compulsão alimentar, por exemplo, que tenham pressão e glicemia baixa ou déficit de músculos. Por isso, é fundamental realizar exames para entender a necessidade do organismo juntamente com um médico especializado”, alerta Elaine.

A médica endocrinologista ressalta que a prática do jejum não pode ser adotada por crianças e adolescentes, elas precisam se alimentar com certa frequência para não terem alterações cognitivas. E, sem acompanhamento profissional, o paciente pode querer “compensar” o tempo que ficou em jejum e apostar em alimentos calóricos.

Outro ponto importante é que o longo período sem alimentação pode causar hipoglicemia, desmaios, tonturas, deficiência de nutrientes, alteração hormonal, perda de músculo e desidratação. “O melhor jejum intermitente é o fisiológico, que elimina o jantar da rotina. Ele está ligado diretamente à nossa genética ancestral. As pessoas, antigamente, comiam muito cedo, próximo ao pôr do sol, e iam dormir pouco tempo depois. Ou seja, com uma refeição entre 19h e 20h no máximo, o café da manhã no dia seguinte já seria após 11 a 12 horas de jejum. Mas, ainda assim, não é recomendado sem orientação médica, porque na janela em que o paciente se alimenta, ele precisa de dieta saudável, vitaminas e nutrientes essenciais para ter disposição, bem-estar e saúde”, explica a especialista.

Em relação à busca do corpo perfeito e autoaceitação, Elaine enfatiza que não se pode acreditar em tudo que promete resultados rápidos. “Quando falamos em emagrecimento, o tratamento vai muito além da diminuição do peso na balança. Consiste em adequar o percentual de gordura e massa magra, em hábitos saudáveis e estratégias que sejam sustentáveis a longo prazo, minimizando as chances de, rapidamente, os resultados irem por água abaixo”, finaliza a endocrinologista.

Foto: Banco de Imagens

Como reconhecer a ansiedade na infância

Segundo neuropedagoga, problema se torna disfuncional quando impede a criança de realizar atividades simples

O problema é quando a ansiedade se torna disfuncional e impede os pequenos de realizar ações simples

“Observe se não tem amigos, apresenta o tempo todo pensamentos que giram em torno de algum tipo de perigo ou ameaça e, fisicamente, pode ter sintomas como náuseas e transpiração”

A ansiedade é um sentimento que aflige muitas pessoas, inclusive crianças. Em diversos momentos, pode ser considerada normal, especialmente na infância, que é cheia de desafios e aprendizagens. O problema é quando se torna disfuncional e impede os pequenos de realizar ações simples, como ir à escola.

Segundo Mara Duarte, neuropedagoga, psicopedagoga, psicomotricista, que atua com o objetivo de oferecer conhecimento para profissionais da educação e pessoas envolvidas no processo do desenvolvimento infantil, tanto nas áreas cognitivas e comportamentais, quanto nas áreas afetivas, sociais e familiares, cerca de 20% das crianças apresentam ou apresentarão algum traço de ansiedade.

Para saber se a ansiedade passou de normal para disfuncional, se tornando um transtorno, é necessário perceber se está ocorrendo prejuízo na vida da criança. Ou seja, ela deixa de realizar até mesmo atividades típicas da idade dela. “Observe se não tem amigos, apresenta o tempo todo pensamentos que giram em torno de algum tipo de perigo ou ameaça e, fisicamente, pode ter sintomas como náuseas e transpiração”, alerta.

Mara explica que existem cinco tipos de transtorno de ansiedade. “Um deles é o de separação, quando a criança não quer ir à escola, tem medo de que algo aconteça com os pais, não come e queixa-se de sintomas físicos antes e durante quando há esse possível distanciamento. Outro é o social, que ocorre quando a criança precisa fazer apresentações em público, falar ao telefone ou ir a eventos sociais, por exemplo”, destaca.

As fobias específicas são outro tipo de transtorno de ansiedade, e podem acontecer em certas situações, como viajar de avião, entrar em lugares escuros ou quando há a necessidade de tomar injeção. “O problema também pode se manifestar de forma generalizado, que é quando a criança se preocupa demais com o desempenho escolar, com segurança ou com catástrofes mundiais, entre outros casos. Além desses, existe o transtorno do pânico, que inclui muitos sintomas físicos, como tontura, coração disparado e falta de ar”, revela.

Para ajudar uma criança que está sofrendo com ansiedade além do normal, Mara aconselha manter a calma e buscar formas de estimulá-la a pensar diferente sobre o que provoca o gatilho. “É possível, por exemplo, usar técnicas de relaxamento e pensamento realista, dizendo para respirar fundo e usar frases como ‘Estou seguro, está tudo bem. Também fale para que ela nomeie seus sentimentos e diga que a compreende por estar com medo, mas que vai ajudar e vai ficar tudo bem”, conclui.

Confira outras orientações da neuropedagoga para colocar em prática estratégias que auxiliem as crianças que estejam sofrendo com o problema

- Não repreenda. Procure compreender e auxiliar.
- Ajude a criança a exercitar sua confiança, tirando-a de sua zona de conforto de vez em quando para que perceba que está tudo bem quando isso acontece.
- Seja flexível quando for necessário realizar algumas mudanças na rotina. Aja com naturalidade para que a criança entenda que não há problema e o imite.
- Elogie pequenas tarefas.
- Observe o temperamento e a reação das crianças para poder formular estratégias mais assertivas.
- Converse com pais e outros profissionais da educação para saber como colocar determinadas ações em prática.
- Busque ajuda profissional se a ansiedade além do normal persistir.

A importância de os pacientes com câncer cuidarem da saúde mental

Estado emocional da pessoa diagnosticada com câncer é essencial para o tratamento ter menos impactos negativos e maior chance de cura

> *"Manter uma mentalidade positiva, estabelecer metas realistas e cultivar a esperança são aspectos essenciais..."*

Foto: Banco de Imagem

A saúde mental da pessoa com câncer é uma parte crucial do tratamento

O câncer é uma das principais causas de morte no mundo ao lado de problemas cardíacos, atingindo milhares de pessoas todos os anos. De acordo com dados do INCA (Instituto Nacional do Câncer), o câncer respondeu, em 2019, por 232.040 óbitos no Brasil, em todas as idades. Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), o câncer pulmonar é o mais comum e o que mais mata.

Por outro lado, a saúde mental da pessoa com câncer é uma parte crucial do tratamento, pois tanto o diagnóstico quanto o tratamento da doença podem ter um impacto significativo no lado emocional desse paciente. Afinal, a incerteza sobre o futuro pode gerar ansiedade e tornar o processo de aceitação e até o combate à doença ainda mais delicado.

De acordo com Ariel Lipman, médico psiquiatra, a jornada enfrentada por essas pessoas é marcada por grandes emoções que vão desde o medo até a esperança. "Receber o diagnóstico de câncer é um momento impactante na vida de qualquer pessoa. Além dos desafios físicos associados à doença e ao tratamento, a saúde mental dos pacientes torna-se uma preocupação crucial e é preciso dar atenção", comenta ele.

Impacto emocional e acompanhamento psiquiátrico

Profissionais como psicólogos e psiquiatras desempenham um papel muito importante no paciente com câncer. "Muitas vezes, o diagnóstico vem como uma sentença de morte abalando a vida dessa pessoa. O tratamento com psiquiatra é uma segurança, onde ela pode discutir emoções, preocupações e medo, ajudando a desenvolver estratégias nessa jornada", explica Lipman. Além disso, o médico comenta sobre a importância do apoio emocional de familiares e amigos.

Outro ponto importante é a mudança de estilo de vida que uma pessoa em tratamento contra o câncer pode exigir, incluindo adaptações na dieta, atividade física e na rotina diária de uma maneira geral. "Essas mudanças podem vir carregadas de desafios, pois podem levar a sentimentos de isolamento. Se estamos falando de uma pessoa muito ativa, por exemplo, e que acaba ficando mais fraca durante uma quimioterapia, é necessário ficar atento e contornar o abalo emocional", opina ele.

Resiliência e esperança

Você já deve ter ouvido falar que a esperança é fundamental para um bom tratamento e a busca pela cura do câncer, sendo mais um desafio na parte emocional do paciente. "Uma pessoa com a saúde mental enfraquecida, com quadro de depressão, ansiedade, entre outros transtornos, dificilmente conseguirá manter-se resiliente e com esperança. Cuidar da cabeça dessas pessoas é uma forma de também contribuir para a cura", comenta o psiquiatra.

"Manter uma mentalidade positiva, estabelecer metas realistas e cultivar a esperança são aspectos essenciais. A integração de práticas como meditação, exercícios de relaxamento e atividades recreativas pode ajudar a fortalecer a saúde mental durante o tratamento", complementa ele.

Vale lembrar que a saúde mental dos pacientes com câncer deve ser abordada de maneira holística, considerando, além do tratamento médico, o suporte emocional, social e psicológico, resultando em uma abordagem abrangente e eficaz.

Pizzas saudáveis para fazer em casa

Nutricionista ensina massas e recheios nutritivos e balanceados

Que o brasileiro ama pizza todos sabem, e os dados comprovam. Segundo a Associação Pizzarias Unidas do Brasil, são produzidas no país 3,8 milhões de unidades diariamente. Geralmente, são preparações calóricas, mas a nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, ensina como o prato pode integrar o cardápio de forma balanceada. A dica é: equilíbrio e ajuste de ingredientes. "O ideal são massas mais leves e recheios naturais", afirma.

Renata destaca as pizzas sem glúten, preparadas com aveia e tapioca, e à base de legumes. "São muito nutritivas e ajudam na saciedade devido ao alto teor de fibras", explica.

A nutricionista lembra que as de massa tradicional agradam a todos e podem ter seu valor calórico reduzido se forem feitas bem fininhas. Isso vale também para a pizza de liquidificador, que, além disso, é muito prática.

A especialista reforça que os recheios merecem cuidado. "A dica é utilizar alimentos mais naturais, como frango desfiado, tomate, rúcula, manjericão, cogumelos, cebola, orégano fresco. Azeitonas, atum, tomate seco, bacon artesanal e queijos em geral podem completar a preparação", diz. O molho pode ser feito com passatas de tomate para facilitar o preparo, e a muçarela, base de quase todas as pizzas, deve ser de boa qualidade.

Pizza de espinafre

Ingredientes

- 1 tablete de fermento biológico fresco (15g)
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1/2 colher de chá de sal
- 4 colheres de sopa de azeite
- 1/2 xícara de chá de água morna
- 1/2 xícara de chá de espinafre picado
- 2 e 1/2 xícaras de chá de farinha de trigo
- Farinha de trigo para enfarinhar
- Azeite para untar

Recheio

- 2 colheres de sopa de azeite
- 2 xícaras de chá de shitake fatiado
- 2 tomates sem pele e sem sementes picados
- 1/2 xícara de chá de palmito picado
- Sal, orégano e azeitona preta a gosto
- 2 xícaras de chá de muçarela ralada

Modo de Preparo

Bata no liquidificador o fermento, o açúcar, o sal, o azeite, a água, o espinafre e metade da farinha até ficar homogêneo. Despeje em uma tigela e acrescente o restante da farinha, aos poucos, mexendo até soltar da lateral da tigela. Se necessário, acrescente mais farinha. Transfira para uma superfície enfarinhada e sove por 5 minutos. Cubra com um pano e deixe descansar por 1 hora.

Em uma frigideira, em fogo médio, aqueça o azeite e refogue o shitake por 5 minutos ou até murchar. Abra a massa sobre uma superfície enfarinhada com um rolo e transfira para uma forma redonda untada com azeite. Espalhe o tomate, o palmito, o shitake, sal, orégano e o queijo. Leve ao forno médio, preaquecido, por 30 minutos ou até dourar. Decore com azeitonas pretas e sirva.

Massa de pizza tradicional

Ingredientes

- 2 xícaras de chá de farinha de trigo
- 2 colheres de chá de fermento biológico
- 1 colher de chá de sal
- 1 colher de chá de açúcar
- 1 ovo
- 1 colher de sopa de manteiga derretida
- 50ml de água

Modo de Preparo

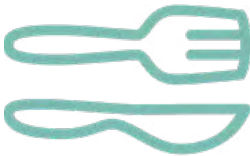
Em um recipiente grande, misture a água, o ovo, a manteiga, o açúcar, o sal e o fermento. Acrescente a farinha de trigo aos poucos, até que seja necessário amassar com as mãos. Amasse bem, para que forme uma massa uniforme. Deixe a massa descansar por 30 minutos antes de abrir. Abra com a ajuda de um rolo. Deixe a massa mais fina. Após aberta, coloque em uma forma redonda e leve ao forno pré-aquecido a 200 graus por cerca de 15 minutos. Acrescente o recheio de sua preferência e leve ao forno por mais 10 a 15 minutos.

Massa de pizza de liquidificador

Ingredientes

- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- ½ colher de sopa de fermento em pó
- 1 xícara de chá de leite desnatado
- 1 colher de sopa de manteiga derretida
- 1 ovo
- ½ colher de café de sal

Modo de Preparo

Bata tudo no liquidificador. Em uma assadeira retangular, leve ao forno pré-aquecido a 180 graus por cerca de 20 minutos. Acrescente o recheio de sua preferência e leve ao forno por mais 10 a 15 min.

Como agir em casos de envenenamento de cachorros e gatos

O tema voltou à tona em função de relatos ocorridos no Rio de Janeiro, porém essa realidade está presente em diversos locais do país. A médica-veterinária Juliana Dhein traz dicas de prevenção e de como socorrer o pet em caso de envenenamento.

"O envenenamento de pets é uma prática cruel e ilegal. É fundamental que a população se mantenha vigilante e reporte qualquer atividade suspeita às autoridades competentes..."

O envenenamento de animais por substâncias químicas e outros produtos que podem causar até mesmo a morte, ainda que seja uma prática criminosa e cruel, segue ocorrendo. Assim, gerando preocupação entre tutores e autoridades.

Juliana Dhein, médica veterinária alerta sobre este risco: "infelizmente, sabemos que essa maldade do envenenamento ainda é praticada. Além disso, sabemos que podem ocorrer também intoxicações acidentais. É muito importante estar atento ao pet e a qualquer sintoma que ele possa apresentar para agir o mais rápido possível".

Formas comuns de envenenamento:

Alimentos contaminados: de acordo com Juliana, é comum que substâncias tóxicas sejam misturadas a alimentos atraentes para os animais, como pedaços de carne ou salsicha. Entre os venenos mais utilizados estão raticidas, pesticidas e medicamentos humanos.

Substâncias químicas no ambiente: produtos químicos usados em jardinagem, como fertilizantes e herbicidas, podem ser altamente tóxicos para os animais.

Plantas tóxicas: a médica-veterinária também explica que algumas plantas ornamentais, como lírios, azaleias e comigo-ninguém-pode, são venenosas se ingeridas, sendo estas ingestões geralmente acidentais por pets.

Produtos domésticos: produtos de limpeza, medicamentos humanos e outros itens domésticos comuns podem ser extremamente perigosos se ingeridos.

Sintomas de envenenamento:

Juliana relata que se o pet apresentar algum dos seguintes sintomas, ele pode ter sido envenenado:

-Vômito e diarreia

-Salivação excessiva

-Convulsões ou tremores

-Fraqueza ou letargia

-Dificuldade para respirar

-Pupilas dilatadas ou contraídas

Foto:Banco de Imagens

O envenenamento de animais por substâncias químicas e outros produtos segue ocorrendo

Como proceder em caso de suspeita de envenenamento:

De acordo com a médica veterinária, é preciso manter a calma para agir de maneira eficaz. Para isso, ela destaca alguns passos a serem seguidos:

Contato imediato com o veterinário: leve o seu pet imediatamente ao veterinário. Se possível, leve uma amostra do que acredita ter causado o envenenamento (embalagem do produto, planta ou alimento).

Não induza o vômito sem orientação: induzir o vômito pode ser perigoso dependendo da substância ingerida. Siga as orientações do veterinário.

Mantenha produtos perigosos fora do alcance: Certifique-se de que produtos químicos, alimentos tóxicos e plantas venenosas estejam sempre fora do alcance dos animais.

Use somente medicamentos prescritos por um médico veterinário: Muitos remédios de uso humano podem ser tóxicos aos pets, por isso é importante não usar nenhum medicamento que não tenha sido prescrito por um médico veterinário.

Prevenção é a melhor solução!

Supervisão constante: supervisionar seu pet durante passeios e evitar que ele tenha acesso a locais onde pode haver substâncias tóxicas.

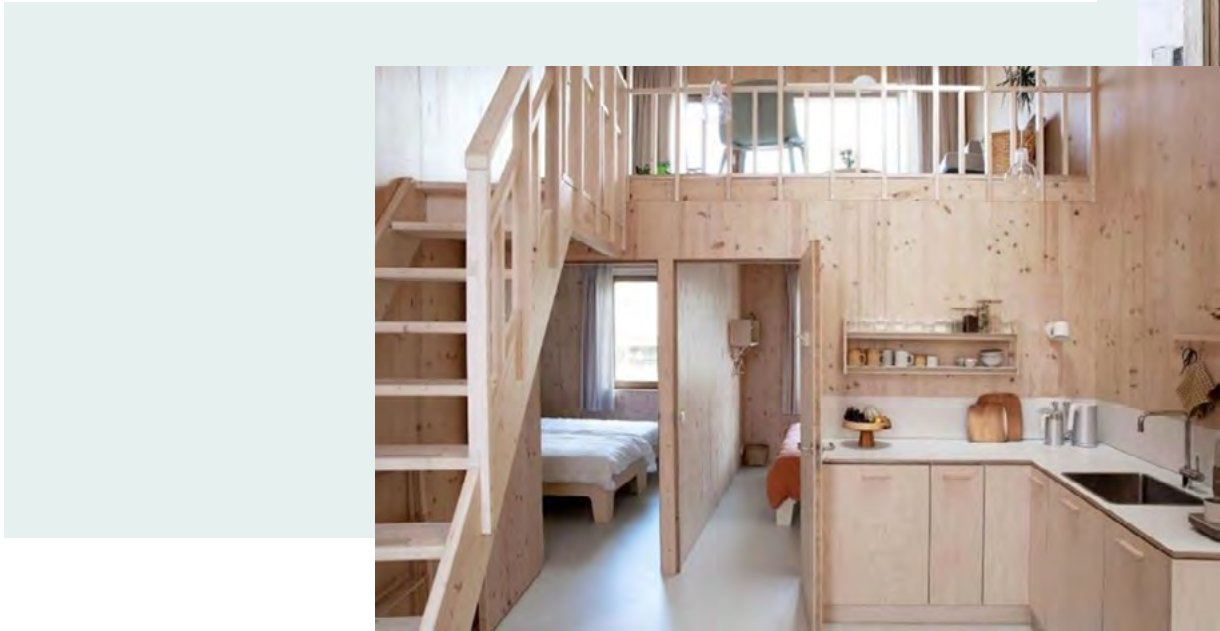
"O envenenamento de pets é uma prática cruel e ilegal. É fundamental que a população se mantenha vigilante e reporte qualquer atividade suspeita às autoridades competentes. Com medidas preventivas e uma resposta rápida, podemos proteger nossos animais de estimação e garantir seu bem-estar", finaliza a médica veterinária.

Confira os destinos mais recomendados por viajantes para quem ama praticar esportes

A prática de esportes é fundamental para manter uma vida saudável e ativa. Além dos benefícios físicos, como melhora da resistência cardiovascular e fortalecimento muscular, o esporte também contribui para o bem-estar mental, reduzindo o estresse e promovendo a socialização. Se mexer o corpo já é maravilhoso na sua própria cidade, imagina conhecer o mundo praticando seu esporte favorito? Pesquisa da Booking.com – empresa de reserva de acomodação, aluguel de carros e outros serviços de viagem – indica que 26% dos brasileiro pretendem fazer alguma atividade física, como andar de bicicleta e fazer trilhas, ao longo de suas viagens em 2024. Por isso, para inspirar atletas amadores a descobrir outros lugares enquanto pratica a sua modalidade favorita, a Booking.com fez um levantamento de dados na plataforma e descobriu os destinos mais recomendados por viajantes para praticar diferentes tipos de esportes.

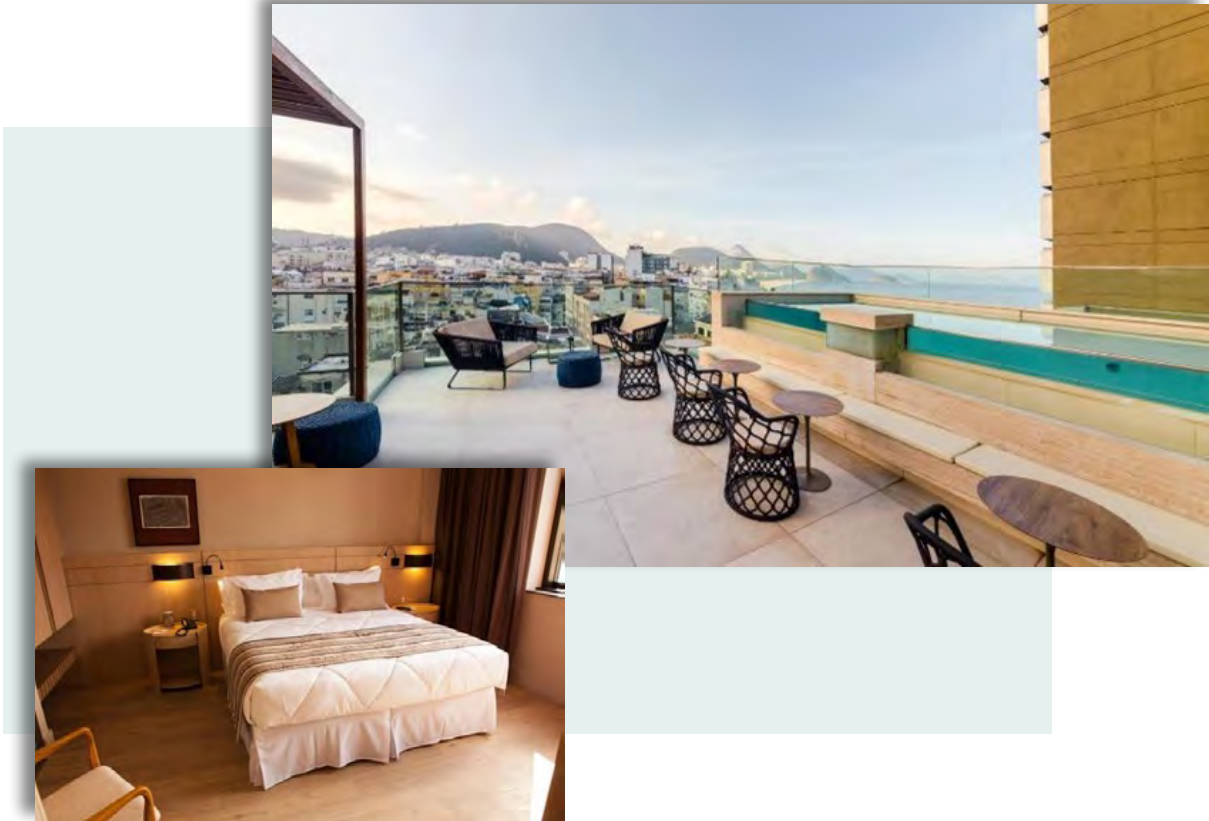
Fotos: Divulgação

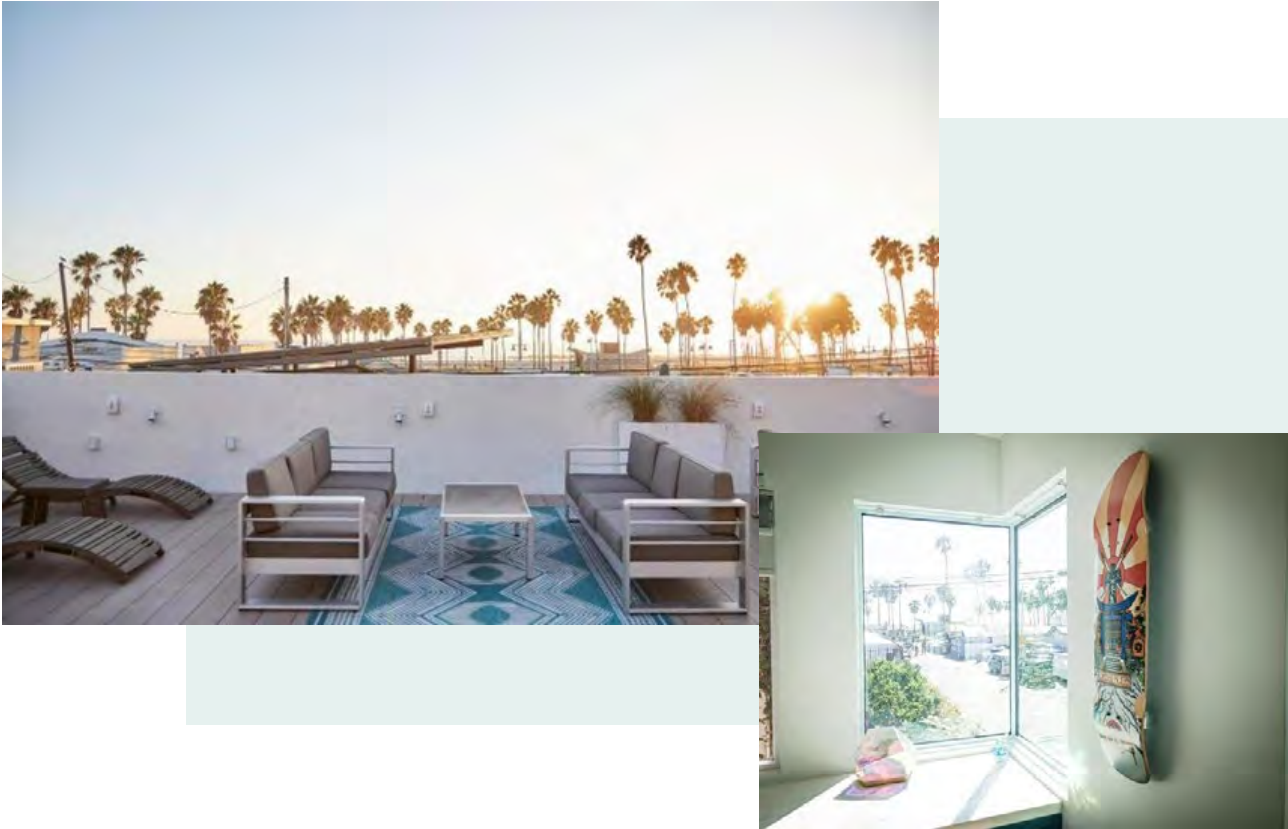
Ciclismo em Amsterdã, Países Baixos

Amsterdã, a capital dos Países Baixos, conta com mais de 15.000 quilômetros de vias para bicicletas, tornando-a uma das cidades mais amigáveis para ciclistas no mundo. A maioria de seus habitantes se locomove sobre duas rodas desde a infância, o que cria uma sólida cultura de respeito entre ciclistas e motoristas. As bikes também são um modo de transporte ideal para viajantes descobrirem a cidade e seus arredores por conta própria ou por meio de passeios guiados. O aluguel de bicicletas é fácil e acessível, além de Amsterdã contar com estacionamentos para as magrelas em todas as regiões. Se você é um entusiasta das duas rodas, não deixe de incluir a cidade em sua lista de destinos! Uma ótima opção de hospedagem é o B&B Noorderbed, que fica a poucos quilômetros de atrações como a Casa de Rembrandt, a Ópera e Balé Nacional Holandês e o Mirante A'DAM e ainda conta com serviço próprio de aluguel de bicicletas para os hóspedes. É ideal para famílias ou grupos, já que conta com suítes com cozinha equipada e dois quartos, acomodando até quatro pessoas.

Esportes Aquáticos em Patong Beach, Tailândia

Patong Beach, na Tailândia, é um destino incrível para os amantes de esportes aquáticos. Com uma extensa faixa de areia, águas cristalinas e uma atmosfera vibrante, a praia oferece diversas opções para quem busca adrenalina e diversão no mar. Enquanto desfrutam da paisagem e da natureza paradisíacas, os viajantes ainda podem se mexer por meio de atividades como jet ski, paraquedas aquático, mergulho com snorkel e stand-up paddle. Além disso, Patong também oferece uma variedade de bares, restaurantes e lojas à beira-mar, perfeitos para relaxar após as aventuras aquáticas. Com vista para o mar, o apart-hotel Ocean Rock Kalim é uma ótima opção de hospedagem para quem quiser uma dose de emoção nas águas cristalinas de Patong Beach.

Corrida no Rio de Janeiro, Brasil

O Rio de Janeiro é uma das melhores opções de destino para quem gosta de correr. Com um clima quente e ensolarado, a cidade proporciona cenários incríveis para praticar corrida. As praias e os calçadões de Copacabana, Ipanema e Barra são ideais para corridas à beira-mar, pois oferecem vistas deslumbrantes e uma brisa refrescante. A Lagoa Rodrigo de Freitas também é um percurso popular entre os corredores, já que traz vistas icônicas do Cristo Redentor. Na Urca, você pode gastar os tênis contornando a base do Pão de Açúcar e aproveitando as vistas deslumbrantes da Baía de Guanabara. Além disso, o Aterro do Flamengo fica fechado aos carros todo domingo, tornando-se o cenário perfeito para uma corrida seguida de um mergulho na Praia do Flamengo. O Rio ainda conta com uma vibrante cena gastronômica e noturna para o viajante recarregar as energias depois dos quilômetros percorridos. O hotel Ritz Copacabana fica a 250 metros da Praia de Copacabana e é perfeito para quem já quer acordar trotando na areia. Finalize o dia assistindo ao pôr-do-sol desde a piscina com vista para a cidade.

Skate em Los Angeles, Estados Unidos

Los Angeles é o paraíso dos fãs de skate. A cidade californiana conta com mais profissionais, empresas e locais dedicados à modalidade do que qualquer outra cidade no planeta, sendo um destino imperdível para skatistas. Em Venice Beach, o lugar onde o skate foi criado no início da década de 1960 por surfistas que queriam encontrar uma maneira de se divertir nos dias em que as ondas estivessem fracas, os adeptos das rodinhas podem praticar no calçadão e nas pistas. LA ainda conta com as escadarias de Hollywood High, conhecidas desde os anos 1990 como palco para manobras de skate. As praias de Santa Monica também contam com calçadões perfeitos para serem explorados em cima da prancha. O hotel Redline Venice é ideal para quem quer explorar Los Angeles a partir de um skate, já que está situado a 200m de Venice Beach e a 1,4 km da Praia de Santa Monica.

Escalada, Arco, Itália

A escalada em Arco, na Itália, é uma experiência emocionante para entusiastas de esportes ao ar livre. A região é famosa por suas impressionantes paredes de rocha calcária, proporcionando um cenário espetacular para escaladas. O destino oferece opções não apenas para os atletas mais preparados, mas também para famílias com crianças. Anualmente, a cidade recebe o Arco Rock Master Festival, evento que reúne os melhores escaladores do mundo desde 1987. Uma ótima opção de hospedagem é o B&B Le Scuderie que conta com unidades com mesa de trabalho, para quem quiser conciliar o expediente com a diversão durante a estadia. A pousada ainda conta com bicicletas gratuitas para os viajantes explorarem não apenas as rochas, mas também as ruas de Arco.